大紀元時報

The Epoch Times 2019年6月26日 週三 己亥年五月廿四 第830期 日本版

廣告熱綫：03-6806-8902｜傳真：03-6730-2861｜發行所 株式會社大紀元｜〒113-0034 東京都文京区湯島2-31-6｜定價150日元

www.epochtimes.com｜日本語 www.epochtimes.jp｜電子版 epaper.epochtimes.com｜日本發行最廣 發行量最大的中文報紙 全球發行36個國家 語種最多的報業集團





現場民眾手舉各種標語牌（陳柏州／大紀元）

台數萬人上街「反紅媒」

繼香港「反送中」後 台灣人對中共大聲說「不」 人潮擠爆凱達格蘭大道

■ 記者吳旻洲台北報導

為了拒絕紅色媒體滲透台灣破壞民主自由，6月23日在台北總統府前凱達格蘭大道舉行「拒絕紅色媒體 守護台灣民主」的活動，現場有數萬人不畏風雨參與。

此次活動的訴求，強調台灣人辛苦打造的民主，正面臨中共極權的滲透威脅，而紅色媒體唱和中共、推波助攔，將台灣推向危崖。

活動呼籲珍惜台灣民主自由、討厭假訊息的分化統戰、受夠出賣媒體專業報導的民眾，一起站出來，「向紅色媒體說不」、「守護我們的民主、守護我們的下一代、守護共同的未來」。

主辦單位表示，沒有計算現場與會的人數，但目測絕對比高雄市長韓國瑜在凱道那場（主辦單位稱有40萬人、警方則說有7萬人）還多得多。不僅現場人潮爆滿，就連線上直播同時觀看人數也破8.8萬人。

公民教師黃益中表示，這就是我們的國家、我們的故鄉，我們要的不多，言論自由、民主、新聞自由，讓台灣下一代活在多元、寬容、思辨的環境。

黃益中指出，這幾年來，台灣已經起了一個變化，香港200萬人再度為反《送中條例》（《逃犯條例》）走上街頭，台灣的四大報，有三份報紙都報導香港有百萬人上街表達訴求，「但就有一個報紙非常的特別，完全沒提到香港「反送中」，只提到說蘇貞昌黑韓國瑜」。

黃益中舉例，該電子報還把「六四」天安門的相關歷史新聞全部下架，「希望台灣言論自由變成這樣的困境嗎？希望台灣的言論自由，有一天會因為我講了什麼話，而被這個媒體刊了以後，然後我們被送到北京去嗎？」

他強調，如果我們不站不出，守護台灣，有一天台灣的自由民主將會消失。

現場數萬民眾喊出「紅色媒體滾台灣、守護台民主」，名嘴姚立明指出，我們對於敵國太疏心了，敵人在我們開放的時候，趁隙買了許多人、許多媒體，現在連高雄地方的電台都買了，這些電台廣告時間竟然播出中國的歌曲。

姚立明提到，台灣的紅色媒體代言紅色政權，就是要把其它顏色政權都消滅。有人認為「反紅媒」是侵犯言論自由？他強調，言論自由不允許說謊話、打壓別人，「反紅媒」並非是侵犯言論自由。

姚立明提醒，紅色媒體如果有一天成功了，真的握有中央的權力，我們損失的是永遠再也沒有的自由，我們一定要用生命捍衛台灣的言論自由，讓紅色政權無法滲透台灣社會，他不再接受中字號媒體訪問。

台灣前行政院長游錫堃表示，中共對台戰略，從「用打的」變成「用買的」，後來又變成「用騙的」，通過滲透媒體散布謊言，如果台灣人警覺心不夠，就會被洗腦。

游錫堃認為，對於宗教信仰，種種跡象顯示出中國沒有人權法治可言，中共監禁信仰回教的新疆人、迫害信仰佛教的西藏人，把基督教堂拆毀，甚至是活摘法輪功學員的器官，中共的各種迫害，使那裡成了「人間煉獄」。

該活動強調，行政部門應針對廣電媒體的執照換發、裁罰或換照，徹底履行職務；若現行法規不足，應儘速提出修法草案；並要求立法部門儘速排審相關草案，防範中共透過媒體滲透分化及散播假消息。◇

華為創始人任正非自曝：

美國禁令衝擊巨大



▲任正非（小圖）6月17日承認，美國禁令影響巨大，華為海外手機出貨量可能接近「腰斬」。（AFP）

■ 記者吳英綜合報導

華為創始人6月17日承認，美國禁令的衝擊超乎預期，該公司未來兩年的收入將損失約300億美元。華為此前一直堅稱美國出口管制對其影響不大，而知情人士透露，華為預估今年智能手機國際出貨量將下降40%至60%。

華為創始人任正非6月17日表示，美國禁令的影響比他原先預期的還要嚴重，他預測該公司今年及明年的銷售收入都將降至1,000億美元左右。華為2018年的收入約1,070億美元，原本預估今年收入將達1,250億美元。不過外界認為任正非的說法可能仍然是在掩蓋美國上月15日宣布的對其出口管制的真實影響程度。

「我們沒有想到，美國對我們戰略打擊，層面如此之廣」，任正非稱，不僅打擊零部件供應，還禁止美國大學與華為合作，不能使用含有美國成分的任何東西，甚至不能跟有美國成分的網絡連接。任正非還表示，華為智能手機的國際出貨量將減少40%，但並未說明具體的時間範圍。

彭博社16日引述知情人士的話報導稱，華為高管預測今年該公司智能手機海外出貨量將減少40%到60%。

美國商務部上個月中旬將華為列入出口管制黑名單，限制供應商對華為提供零部件及服務。華為去年總共採購700億美元零部件及服務，其中110億美元來自美國。

川普政府官員近來一直在告誡盟友，不要使用具國安風險的華為5G設備。由於華為創始人具有軍方色彩，與中共關係密切，美國擔心華為是中共的打手，為其從事間諜活動。華為對此一概予以否認。美國上個月中旬將華為列入出口黑名單後，全球包括高通在內的多家半導體公司宣布對華為斷供，谷歌則停止對華為提供安卓服務。

路透社此前引述知情人士的話報導，新的華為手機將不再被允許預裝臉書及其所擁有的WhatsApp和Instagram等深受大眾歡迎的應用軟件。分析師表示，華為嚴重依賴美國零部件和技術，川普政府將其列入出口黑名單是對華為最大的威脅。◇

美拒中國科技公司 日本安檢設備獲益

■ 記者吳英編譯報導

原定於本年度內在日本國內推出的NEC臉部識別與圖像分析等涉及安全系統的服務，NEC表示，力爭首先今年7月起在美國發售。

由於擔憂中國科技行業可能受中共控制在海外從事間諜活動，美國已經開始禁用相關中企的產品及技術。而在這場科技戰中，日本臉部識別和其它安全設備供應商意外獲益。6月21日負責安全系統的日本NEC執行董事吉崎敏文在東京的一場活動中表示，這是一個「前所未有的巨大機會，我們現在必須進入（美國市場）」。

在美國市場，NEC的人臉識別競爭對手包括美國的微軟公司和Ayonix Face Technologies公司，以及中國的商湯科技（Sensetime Group Ltd.）和依圖科技（Yitu Technology）公司等。

NEC表示，該公司人臉識別業務的營收，可能會在幾年內增長到數十億美元，是目前的好機會。

美國總統川普上個月中旬簽署一項行政命令，禁止美國公司使用來自其它國家，可能構成國家安全風險的電信設備，並指示商務部和其它聯邦部門在150天內完成執行禁令的計畫。


▲ 中美科技戰，日本臉部識別和其它安全設備供應商意外獲益。(YOSHIKAZU TSUNO/AFP/Getty Images)

NEC的臉部識別與圖像分析系統技術特長是精確度高，即使是長相相近也能正確區分，戴著太陽鏡或口罩也能夠進行識別，與他人混淆的概率控制在百萬分之一左右。通過與指紋和聲音等人體識別相結合，不僅是安全用途方面，還可用於購物時通過「刷臉」進行支付等廣泛領域。可作爲反恐對策在機場登機口及體育賽事等活動場所引進，或者用於在旅遊景點識別每一位遊客，並提供最適當的服務。

去年亞特蘭大國際機場的航站大廳開始使用NEC的部分軟體，達美航空公司在該國際機場啓用攝像設備，給已經提前登記護照信息的乘客，提供更簡便的登機手續及安檢程序。

NEC執行董事吉崎敏文在21日介紹說：「可用於辦理酒店入住和購物支付，還能根據遊客的行動提供新服務。」日本國內已決定在2020年東京奧運會和殘奧會的奧運村等處引進該服務，力爭到2021財年使相關銷售額達到1,000億日元。

美國商務部隨後宣布將華爲列入出口管制實體名單，要求華爲必須先取得許可才能進口美國公司的零部件及技術。日本電信運營商停用華爲設備後，NEC股價上漲超過兩成。

除了NEC外，跨足安全業務的日本電訊電話公司（NTT）也受益於中美貿易戰，開始收到美國公司的訂單，包括向拉斯維加斯市提供高清晰攝像機和聲音感測器在內的安全設備。

NTT安全設備的特色是可以提供公共場合如體育館和街道等的實時數據，以利警察及安全官員及時獲得突發狀況的信息。NTT希望可以在五年內將這項產品及技術擴展到美國100個城市。

日本今年5月出口額比去年同期下降7.8%，連續第6個月下降，其中對中國大陸的出口減少了9.7%。相比之下，日本上個月對美國的出口增加。◇

政府白皮書：較電子零件輸出 訪日遊客收益更高

■ 記者慧子報導

日本旅遊局6月21日發布的2019年版旅遊白皮書顯示，訪日遊客消費超出電子零件輸出額，給日本帶來了相當大的經濟效益。

政府公布今年的旅遊白皮書顯示，訪日外國遊客在日本國內的消費超過4.5兆日元，超過了半導體等電子零件的出口額，對日本的整體消費產生了相當大的影響。

去年訪日遊客首次超過3,000萬，達到創紀錄的3,119萬。根據旅遊白皮書，國外遊客的國內消費量爲4,518兆日元，超出半導體等電子零件的出口量，被認爲給日本的整體消費帶來相當大的影響。

此外隨著訪日遊客的增加，投資在酒店及旅館等業界的建設金額也在過去六年中猛增9倍，並首次超過1兆日元。其它因旅遊帶來經濟效益的還包括化妝品和糖果製造商，如積極投資設廠等。

政府定下了2020年訪日外國遊客4,000萬的目標，消費額遞增到8兆日元，即現在的兩倍。

白皮書中建議增加無現金支付點，還表示利用今年秋季在日本各地區舉行的世界盃橄欖球比賽，引導更多的訪日遊客增加對日本的地方旅遊。

關西旅遊景點吸引歐美客

旅遊業也給關西地區帶來了相當大的影響。包括日本人在內的旅遊消費比例，大阪府排行全國首位，占46.2%。因深入地方（農村）觀光以及體驗型旅遊人士的增加，也帶給奈良地區經濟效益，包括出租車公司增加僱用人手等連鎖反應。

大阪首位之外，東京排名第二，京都府排名第三爲29.2%，奈良則排名第八爲16.8%。到訪大阪並停留住宿的旅遊人士占39%，排行全國首位。

白皮書也關注到來自歐美及澳洲的遊客，根據關西2018年的投宿資料顯示，停留投宿於京都的歐洲遊客占京都住宿的61%，也是大阪29%的兩倍，美國和澳洲均有相同傾向，而則大阪仍停留在依賴於來自亞洲的遊客。

5月訪日遊客達277萬 中國遊客創新高

據日本政府旅遊局預測，5月份的日遊客超過277萬人，比去年同月增加了3.7%，創5月份最高紀錄。

按國家和地區劃分，訪日的中國遊客最多，較去年同期增加13.1%，達到75.6萬人。受訪日簽證放寬影響，遊日的自由行人數大幅增加。

另一方面，韓國遊客減少了5.8%，爲60.3萬，台灣遊客減少了3.1%，爲42.6萬人。對此，觀光廳分析減少原因時表示，因日本稀十連休的機會帶旺了旅遊消費，導致機票和國內的住宿價格上漲，令訪日遊客卻步。

旅遊局田端浩就局長期待9月份在日本舉行的世界盃橄欖球賽，預測將給日本帶來更多的客流，也將帶動日本經濟的發展。◇

日本千葉縣發生5.5級地震 首都圈感震動

■ 大紀元訊

6月24日上午9時11分左右，東京都23區、千葉縣和神奈川縣觀測到地表搖晃爲震度4的地震。氣象廳表示，震源位於千葉縣東南近海，深度約60公里。據推測，震級爲里氏5.5級。

此外，觀測到震度4的區域分別如下：東京都千代田區；千葉縣館山市、南房總市；神奈川縣川崎市川崎區、秦野市。另外，觀測到震度3的區域爲：東京都港區等東京都內廣泛區域；埼玉市北區；千葉市中央區；神奈川縣、山梨縣和靜岡縣廣泛區域。本次地震沒有引發海嘯。

在茨城縣東海村處於停運狀態的日本原子能發電公司東海第二核電站沒有異常。東海鐵路公司（JR東海）稱，地震發生後不久東海道新幹線「東京-小田原」區段上下行列車一度停運，約5分鐘後因安全得到確認已恢復運行。

此外一週前的18日晚10點22分左右，日本新潟縣村上市亦發生震度6強（日本標準）的地震。氣象廳稱，震源位於山形縣近海，深度約14公里，推測地震規模爲里氏6.7級。此外在山形縣鶴岡市觀測到震度6弱的地震。秋田縣由利本莊市、山形縣酒田市、新潟縣長岡市和柏崎市等地觀測到震度5弱的地震。有報告稱村上市一名高齡男性受傷，酒田市有四人受傷。據氣象廳介紹，國內上一次觀測到震度6強以上的地震是去年9月6日在北海道厚眞町觀測到的震度7。◇

日國會通過《日語教育推進法》 大力支援外國人學習日語

■ 大紀元訊

日本參院全體會議6月21日全會一致通過了《日語教育推進法》，規定提供給在國內生活的外籍人士日語教育是中央和地方政府等的職責。該法案由此成爲正式法律。擴大接納外籍勞動者的新制度已於4月啓動，在日外國人今後將進一步增加。另一方面，消除語言障礙的支援並不足夠，政府將借法律成立之機推進具體措施，促進在學校、社區和職場的交流。

據共同社報導，《日語教育推進法》是議員立法，針對學校學生、留學生、各領域技能實習生和難民等各種身分的在日外國人等，提出了基於本人意願和狀況最大限度確保其接受日語教育的機會這一理念。該法寫明，政府有責任和義務採取全面措施，必須完善法律法規並出台財政措施。

此外，爲了全面提高日語教育水平，日本政府亦會安排及培訓教師教授外籍兒童，以及爲外籍人士提供日語培訓。

而相關省廳亦會設立「日語教育促進會」，有義務與相關組織協調，促進日語教育。

有關各類日語教育機構被指質量良莠不齊的情況，除採取提升教育水平的措施外，還將開發能恰當評估所學日語能力的方法。從現狀來看，對於並無官方認證資格的日語教師，將完善研修體制和資格制度，爭取提升能力。被指過低的工資水平等待遇也將成爲改善的對象。

新法要求外國人的雇主努力提供支援，包括爲外籍員工家人也提供能夠學習日語的機會。新法以在海外的日語教育能讓人們順利在日本國內企業等就職爲由，要求政府在人員和教材方面提供支援。

據NHK報導，武藏野大學的神吉宇一准教授表示，「法律明確規定了國家與地方政府的責任，同時亦獲得法律保障，這的確是件好事。」另一方面，他同時表示，「法律只是形式上的法則，而落到實際問題上將如何處理。因工作將集中在地方政府，因此有必要建立一個解決它的系統。」此外，日本女子大學的衣川隆生教授表示：「教育兒童和學生的主體是學校，但法律沒有『學校負責』的明確字眼。從現在開始，包括培訓教師和許可證制度等，需要再做進一步考慮。」

據法務省稱，截至2018年底的在日外國人數爲273萬1,093人，比上年年底增加6.6%，創歷史新高。◇

二手獨立式住宅 首都圈繼續下跌

■ 記者李欣雨報導

5月東京二手獨立式住宅價格持續下跌。根據東京KANTEI的數據顯示，5月首都圈獨立式住宅平均售價爲3,219萬日元，較4月份下跌0.2%，這已經是連續下跌。市場分析，這是受到昂貴的東京都樓價的大幅度下滑所拖累。

因價格高企不下，買家似乎較即時購買更傾向於加強觀望的態度。

進一步按照各地區分析顯示，東京都下跌了0.7%爲5,231萬日元，3月份曾一度上升至5,856萬日元的高峰，4月份回落了11.7%，下降至5,170萬日元，接連兩個月下跌。市場分析指，由於早前價格一直飆升，目前屬於回穩期。

此外，千葉縣也便宜0.1%，平均售價2,157萬日元，神奈川縣則變化不大，維持3,473萬日元。埼玉縣上漲0.2%至2,389萬日元。

另外，有數據顯示，近畿地區的平均售價呈現上升趨勢，5月上升0.1%至2,541萬日元。而大阪府則上升1.4%至2,634萬日元。中部地區下跌0.5%至2,252萬日元，亦連續兩個月下跌。◇

居港日本藝人訴說遊行心聲

■ 記者浦慧恩編譯報導

近期一名居住在香港的日本藝人和泉素行，透過 YouTube 向日本媒體提示，指日本媒體在報導香港近期抗議《逃犯條例》的新聞時，有令人誤以爲事情已經解決，但其實並非那樣。

「人們對日本的報導疑問重重」，居住在香港十年的日本藝人 Soko 在 YouTube 上發出怨言。他表示，目前引起 200 萬港人大規模遊行抗議，要求撤回《逃犯條例》修訂。

「我覺得目前是香港，是否還能維持現在的香港的一個緊要關頭」。目前香港還將繼續進行大規模示威遊行，要求撤銷《逃犯條例》的修訂。在 6 月 21 日 AbemaTV 播出了與 Soko 的對談。

親身體驗遊行現場的 Soko 打開了話匣子，「遊行是非常和平的，沒有過激的行爲。參與者戴著頭盔進行是爲了保護自己。現場有參與者派發頭盔給最前線的每個人。但香港警察向他們使用了武力。」有現場畫面顯示，香港警察向示威者噴射了胡椒噴霧及橡膠子彈、布袋子彈等。


▲ 就日前示威者包圍警察總部，Soko 解釋道，事態發展到這樣，完全是香港政府所導致。（李逸／大紀元）

「讓國際社會讓更多的人來關注」

Soko 繼續說道，「包括我在內的所有居住在香港的人們，都擁有例如言論自由和集會自由等最基本的權利。人們發現這些基本人權受到了威脅。特別對年輕人來說，通過這次修訂將受到中國法律的裁決。到底中國的法律是否信得過？到底（中國）是否是一個法治社會。香港人對中國政府至今的所作所爲都非常了解。」在採訪中，Soko 也表示，「所以我希望這個視頻出街之前，讓更多的人知道，也獲得了很多支持留言。」

他繼續說道，「對於香港人來說，僅僅憑藉香港的力量是不夠的，需要引起國際社會的熱議，施加國際壓力來保護香港人理所當然的權利，來守護香港。也因此許多年輕人挺身而出，奮身努力，希望更多的人來關注。」

「每個人都有批評或讚揚政府的權利」

Soko 說，對於他在日本節目中「露臉」出街，曾被提醒過「要小心點」，對此，他說，「我也有批評或讚揚政府的權利，這是基本權利啊。容許自由表達才是一個眞正的民主社會的體現。如果不能做到這點，這不僅僅是影響香港人的問題，而是影響每個人的問題。這不是與己無關的事情。」他又舉例指在雨傘運動後發生在香港銅鑼灣書店的事情，「例如雨傘運動後的一年，一家主要以販賣批評中共書籍的書店人員被中國當局抓走。這種行爲，可以說是正將香港逐步推向「中國化」之中，這次修訂案也出現了，這個非常危險，如果在這個關口上守不住，將意味著香港將不再是香港。」

日媒報導引誤會 「林鄭從未說廢除修訂」

對於目前的狀況，Soko 說：「香港行政長官林鄭月娥在記者會上避開了明確的答覆。但日本媒體均以『事實上已經表示了廢除的意思。』來表達，這樣的新聞在日本流傳著，但林鄭從未說一句廢除修例。因此香港人在對於日本的新聞報導感到疑惑。」

「果不其然，21 日親中議員說，『今後我們將花時間與民主黨討論並繼續審議修改提案』，這樣提出後再度引起港人的憤怒。換言之，你不知道這個修訂案何時會再開始。也因此（日媒的報導）會被理解爲『喔，事情已經解決了，沒問題了。』但事實並非如此，而且非常險惡。」

「現在，也許有人會認爲警察總部被包圍的行動過激，但讓事態發展到這樣，完全是香港政府所爲。至今爲止政府一直不願意跟民衆對話，也因爲政府無視民衆，才導致『那麼我們去找你』的局面。」◇

東京大學發明 無線充電技術

■ 記者吳佳寶報導

東京大學的一個研究小組正在研究智能手機等在房間內的任何地方，無需插電源即可充電的技術。研究小組今後將與企業合作，加快實用化進程。

據 NHK 報導，東京大學川原圭博教授帶領的研究小組正在開發電氣產品等無需接線即可充電的「無線充電技術」。

研究小組 6 月在大學內展開的實驗中，搭建了一個 3 米見方的房間，將能發出磁力的磁板鋪在牆壁和地板內，在整個房間內產生磁場。接著在智能手機背面，安裝了內有線圈的小型裝置。線圈將磁力轉化成電，不插電源也可開始充電。房間內的照明也不插電源就能點亮。

研究小組稱，他們正在按照國際準則展開研發，不會使人體受到磁力的影響。今後將進一步提高充電效率，降低成本。東京大學主管實驗的笹谷拓也說：「希望在未來世界，不知不覺中，電就好像能飛來似的，能自動充電。」◇

應付遊客壓力 日鎌倉禁邊走邊吃

■ 記者吳佳寶報導

日本東京附近的鎌倉市於今年 3 月通過條例，禁止遊客在行走時飲食，以避免街頭垃圾不斷增加。如今，條例實施兩個多月，我們聽一聽當地居民的看法。

據新唐人報導，距離東京以南約 60 公里的鎌倉市是從東京出發、一日遊的熱門城市。美麗的海灘、巨大的佛像和許多著名寺廟吸引著大量遊客。但遊客也在某些方面侵犯了當地的日本習俗和禮儀觀念。

2018 年，鎌倉市接待了 2,000 萬遊客，但垃圾問題讓當地人頭痛。今年 3 月 22 日，鎌倉市議會通過一項條例，要求遊客不要邊走邊吃東西。然而這項條例只是象徵性的，因爲違反沒有什麼懲罰措施，只是希望遊客在決定邊走邊吃之前三思而後行。

鎌倉市旅遊經理村主廣川說：「我們收到當地人對來鎌倉市遊客的許多意見。關於邊走邊吃，我們得到的投訴是，諸如不雅觀，導致人們碰撞，吃東西的人有時會把別人弄髒。

目前條例實施已有兩個多月，在希望擁有乾淨城市和自由的邊走邊吃享受街頭美食的選擇之間，一些居民仍難以取捨。

日本當地居民 Kasumi Urasawa：「有很多垃圾亂扔，所以我認爲從這方面看，這項條例很好；但另一方面邊走邊吃是樂趣，所以我認爲（條例）沒有必要。」

餐館店員中島嘉仁：「邊走邊吃有造成人們受傷的風險，所以從這個意義上，我認爲條例是有需要的。」

隨著旅遊人數的增加，市議會也在致力於保護當地居民所要保護的環境、禮儀和習慣。市議會還在醞釀其它條例，例如不允許站在街道當中照相，不許站在火車軌道上等等。◇

不滿室友說「別亂吐痰」 中國女日本揮刀殺人

■ 記者任子慧報導

一名 25 歲中國女子李雪赴日本群馬縣當研修生，因提醒另一中國室友劉秋穎不要在洗手間亂吐痰，竟遭對方殘忍殺害。日前，日本法院宣判劉秋穎有期徒刑五年半。

日本共同社報導，日本前橋地方法院 6 月 20 日宣判，中國籍技能實習生劉秋穎（30 歲）因向同住的中國籍女性技能實習生施暴致其死亡，被控傷害致死罪，判處其有期徒刑五年零 6 個月（檢方要求判處七年）。

審判長就判決理由指出：「在與被害人等之間反覆發生口角的情況下，積壓了憤怒情緒，以小事爲契機衝動而造成了犯罪」，並稱「必須強烈譴責，但（被告）在反省。」

判決書顯示，去年 10 月 27 日上午 9 點半至 11 點前後，劉秋穎在群馬縣伊勢崎市的公寓中用菜刀刺向李雪（當時 25 歲）頭部及面部，並用腳底壓迫其頸部及腹部致其死亡。

檢方在開庭陳述中指出，犯罪動機是被提醒別在盥洗室吐痰而氣憤。

中國女子李雪及室友劉秋穎都是中國籍，在中國職業培訓時認識，之後一起在日本工作，連同另一位中國女性，三人去年 9 月起同住公寓裡，都在伊勢崎市的一家公司工作。

據媒體透露，案發時附近居民聽到涉事單位傳出女性哭泣聲，因爲覺得奇怪進去一看，赫然發現李雪倒在地上。

警方到場逮捕劉秋穎，並證實李雪已經死亡。事後，出生於吉林省農村的劉秋穎坦承是不滿生活瑣事被李雪干涉，令她無法忍耐。她同時抱怨，李雪與另一名女室友經常罵她「家教不好，活了 30 歲白活了」。

另一名室友供稱，劉秋穎和李雪住在一起後常常吵架，因生活瑣事大吵，兩人積怨已深。

這名室友告訴檢方，每次都是劉秋穎找她和李雪吵架，命案當天因爲劉又在浴室的洗臉槽吐痰，李雪抱怨說：「剛把洗臉槽清理乾淨。」結果劉聽完後，故意又吐了一次痰，李於是怒罵：「幹嘛又吐痰，去死啦。」劉便發狂，走到廚房拿菜刀行兇。◇

一週簡訊

乘搭京急各停 可獲得 Point

要說東京超級擁擠繁忙列車，非「京濱急行電鐵」莫屬了。連結東京與神奈川之間的「京濱急行電鐵」早上通勤時間段的特快列車上，乘客好像是被塞進罐頭的沙丁魚。日前爲了舒緩擁擠，京濱急行爲乘搭各站停的普通列車的乘客賺取點數的優惠，並於 7 月 1 日正式開始。首都圈有些鐵路公司爲選擇非繁忙時間段上班的乘客提供點數優惠，但類似京急線給予各站停列車的乘客優惠還是首次。◇

日本因癡呆症失蹤人數達 16,900 人

據警察廳資料顯示，去年日本全國因癡呆症及類似病例的失蹤人數創新高達 16,900 人，較前年增加了 1,064 人。這也是連續六年失蹤者超過 1 萬人。不過在失蹤個案中，幸虧有 99% 被確認已經找到本人，但還有 197 人下落不明。

失蹤者分布在各地，以大阪最多爲 2,117 人，埼玉爲 1,782 人，兵庫爲 1,585 人等。爲了能夠儘快尋回失蹤者，地方團體提供了痴呆症患者臉部照片，將信息資料庫化，對警察舉辦專門講座，學習癡呆症患者行爲特徵。◇

東京都允許都立高中生帶手機入校

東京都教育委員會決定對過去的規定作出修改，允許都立高中的學生將智能手機帶到學校。

該會於十年前曾發出禁止都立高中和公立小學及初中的學生帶智能手機到學校的禁令。但該會在去年的調查顯示，在都立高中生中 97.3% 在使用智能手機，實際上學生帶電話到學校也成爲了公開的祕密。

由於確認災害發生時學生安危狀況以及因學校教學需要等而使用智能手機的情況不斷增多，爲此，東京都教育委員會決定調整方針，允許都立高中的學生將智能手機等帶到學校。另外是否也擴展到小學和中學，將交由區市町村的教育委員會作出判斷。◇

「飯糰」亦環保　7-11 更換包裝素材

日本最大便利店 7-11，將於 7 月開始將所有飯糰的包裝改爲以植物爲原料成分的包裝紙，以此消減塑料碎片的使用量。

切換包裝將在日本全國約 2.1 萬家 7-11 店舖全面展開，7-11 每年約販賣 22.7 億個飯糰，與飲料的銷售量相彷。新包裝中有一部分使用以甘蔗爲素材的原料，這也是大型便利店首次嘗試。此外由於新素材全來自石油，製造成本的上升也將反映到飯糰的零售價上。◇



塔利班訪華 罕見獲北京證實

此前中共曾多次邀塔利班訪華 但官方都祕而不宣 分析：為增加與美貿易談判籌碼

■ 記者駱亞、張頓報導

在美中首腦G20峰會會談前夕，中方罕見地證實阿富汗塔利班談判代表訪問中國，而塔利班被外界普遍認定為恐怖組織。

6月20日，中共外交部發言人陸慷在記者會上回應稱，日前，阿富汗塔利班駐多哈政治辦事處主任巴拉達爾（Baradar）和他的幾名助手訪問了中國。在華期間，中方官員同巴拉達爾一行就阿富汗「和平和解進程、打擊恐怖主義」等問題交換了意見。

這是中共首次明確證實塔利班代表訪華的消息。此前，中共曾多次邀請塔利班代表訪華，但官方都祕而不宣。

去年8月，英國《金融時報》曾引述巴基斯坦官員的話說，在過去一年，中共官員多次會晤了阿富汗塔利班成員，以求在阿富汗局勢中扮演重要角色。參與會晤的人員說，是中共在推動與塔利班接觸，甚至邀請塔利班高級成員訪問中國。巴基斯坦官員說：「中共在做這些安排的時候極度小心。」

據BBC報導，2016年7月18日至22日，中共曾邀請塔利班在卡塔爾的政治辦主任斯坦納柴（Abbas Stanakzai）訪華。

塔利班曾在1996年至2001年期間掌握阿富汗政權。北約與阿富汗北方聯盟將塔利班政權推翻後，塔利班領導人奧馬爾逃入山中，率殘部繼續以綁架人質或發動恐攻的方式負隅頑抗。塔利班由此被美方列為恐怖組織。

中共的危害比塔利班更大

曾到敘利亞參加過人民戰爭的旅美雕塑家陳維明對大紀元記者表示，中共與恐怖組織談判這並不奇怪，因為中共就是世界上最大的恐怖集團，且是以國家形式出現的，它的危害要比塔利班厲害。

「塔利班也好，敘利亞的獨裁者也好，其實它們的後台都是中共國家恐怖主義者，沒有它們撐腰那些恐怖主義根本就不可延續它們的生命」，陳維明說，「中共利用中國人民的血汗錢去豢養、去支持、去扶助那些恐怖主義集團。」



▲2017年7月，阿富汗 Pakia 省首府 Gardez 郊外出沒的塔利班武裝分子。（AFP/Getty Images）

陳維明認為，中共實際上就是塔利班幕後最大的操盤者，塔利班到中國來跟中共談判，就是想得到中共經濟、軍事方面的支持。他當時到敘利亞戰場上，親眼看到了中共提供給阿薩德獨裁政權的武器，AK-47自動步槍都是中文簡體字寫的。

去年，塔利班也曾訪問中共，但中共媒體沒有報導，外交部發言人被問及時也含糊其詞。但這次中共外交部發言人不僅證實，大陸很多媒體也予以報導。

對此，陳維明表示，中共態度的變化，暗藏玄機。過去中共怕國際社會的制裁，它就跟塔利班、IS等國際恐怖組織祕密聯繫。現在它突然明確地說跟塔利班進行座談，可能想利用與塔利班接觸，來增加與美國在貿易談判中的籌碼。

塔利班與中共互相利用

G20峰會6月底在日本大阪舉行。峰會前夕，習近平在6月先後訪問了俄羅斯、吉爾吉斯斯坦、塔吉克斯坦、朝鮮等國家。習近平訪俄期間，俄總統普京在習近平在場的情況下，公開對記者表示，對於美中貿易戰的問題，俄羅斯就是「坐觀虎鬥」。

旅美政論家胡平對大紀元記者表示，塔利班這些人不會不知道中共在新疆殘酷迫害穆斯林那些事，它與中共接觸只是互相利用。中共把塔利班作為與美國談判的一張牌，而塔利班也把中共作為與阿富汗政府、美國政府談判時的一張牌，但它們不會「成為真心朋友或結盟」。◇

北京宣傳「千兆之城」 網民揭真實情況

■ 記者李新安報導

6月20日，「北京將成為國內首批千兆之城」的消息被陸媒熱炒，並登上微博熱搜榜。民眾紛紛晒出自己的通信體驗和現狀。

《北京日報》的報導將千兆寬帶與5G相提並論。報導稱，北京今年開始大規模普及千兆寬帶。5G與千兆寬帶的共同特性就是可實現每秒1G以上的超高速下載速度。北京聯通表示，通過基礎網絡設施的建設，2019年要打造5G之都和千兆之城。

不少北京的網民表示，對北京的通訊不滿意。「4G出來的時候也是這麼說的，該限流還限流。」「啥時候可以不翻牆ok？」

微博用戶「宇宙無敵辣少女」表示，自己家住三環，移動不覆蓋，不入戶，聯通限速，無論辦理100兆200兆，都是那個網速，打個「王者」都卡。

網友「臭小娥」表示：「我在北京青年路，wifi、4G一到晚上都卡，視頻看不了，遊戲打不了，傳東西慢到爆炸。我們有資格進入5G時代嗎？虛假高端有意義嗎？」

互聯網網絡自由觀察人士古河對大紀元表示，在中國大陸，千兆寬帶很難達到，5G就更遠了。官方這樣宣傳，是因為只有大家都去用5G，買5G手機的時候，他積累了資金，那個時候他才有能力慢慢提高網速。但很多地方根本沒看到5G手機，5G網絡根本不存在。◇

專家公布：5.6億中國人存款為零

■ 大紀元訊

日前，經濟學家郎咸平公布一組數據顯示，約5.6億中國人的銀行存款為零。大陸民眾的生存壓力再為外界關注。

郎咸平公布一組銀行存款數據顯示：中國當下有5%（差不多7,000萬）是富人，他們的人均存款高達47萬元（人民幣，下同）以上，而另外95%的人銀行存款只有2.4萬。

而在這95%的群體當中，有40%的人銀行存款為零，即大約5.6億中國人，沒有銀行存款。

而且這5.6億人當中，又有92%的人（5.1億）表示，他們的收入抵不上開支，每月的收入除了交房貸和基本生活開支，奢侈的消費他們想都不敢想。

另據官方公布的數據，2019年一季度，中國居民消費支出額超過了收入額，其中房貸是主要支出。

近年來，大陸房價暴漲，很多人買房後，每個月的收入大部分繳了房貸，而還貸的時間長達二三十年。

另據中共統計局2018年的數據顯示，全國居民人均可支配收入25,974元，農村居民人均可支配收入13,432元。

這意味著，全國居民月可支配收入只有2,000多元；農村居民月可支配收入僅為1,000多元；中國存在大量低收入人群。

有分析指，中國財富集中在5%的中共官僚集團等人群手中，民眾的錢幾經波折又流到了這些富人手中，大陸社會的貧富懸殊問題愈來越嚴重。◇

外媒：港人為何「反送中」看王全璋遭遇就知道

■ 記者文樸報導

中共司法機關非法大規模抓捕維權律師，並將他們判刑，大陸的司法黑暗可見一斑。港人發起的「反送中」活動，就為抗議將港人或過境香港的異見人士引渡到大陸受審。

繼6月9日、16日的逾百萬港人「反送中」遊行後，香港大專學界6月21日發起的包圍香港政府總部的抗議活動。香港年輕一代民主抗爭代表性人物黃之鋒說，北京已將一整代香港普通市民轉化為異議人士。

外媒6月21日報導了題為《港人為何反送中 看王全璋的遭遇就知道》的文章。文章說，有人會問：「為什麼香港人要『反送中』？」、「沒有犯法，為什麼要怕在中國內地受審？」

文章稱，看看大陸長期為弱勢群體辯護的維權律師王全璋的遭遇，就知道港人為啥要「反送中」。

王全璋律師早前曾代理信仰、土地維權等敏感案件遭當局報復，他也是2015年「7·09」案中首批被關押的律師，也是最後一名被審判者。在全球的關注下，王全璋才於今年1月28日被祕密審判。



▲香港大專學界6月21日發起了包圍政府總部運動。（大紀元香港記者站）

自2015年7月9日被抓後，至今1,440多天，他的妻子李文足都沒能見到丈夫一面。

6月20日上午，李文足與一批聲援人士大約十人一起前往中共司法部遞交控告信，控告山東省司法局、臨沂監獄和北京市司法局的違法行為。司法部職員拒絕接收控告信，現場的十多名中共便衣國保還用報紙、雨傘阻擋媒體採訪，並包圍李文足，不讓她拍攝。◇

中共暫停四門美國大學預修課考試

■ 大紀元訊

中共政府命令暫停中國高中生預修美國大學歷史課的考試，原因是中共要清查、刪除教材中它認為對它不利的歷史部分。這項禁令會影響到一些中國的高中生。

路透社確認，設在北京、上海、南京和廣州的五個考試中心接到中國教育部的指令後，將暫停2020年前的歷史課考試。

「這有點突然，我們不知原因。」位於南京的考試中心—— SAT測試網的人在微信上說。

「如果你申請這四門課程中的任何一門的考試，就意味著你需要去國外。」國際教育交流與合作中心（IECC）說，這四門課是美國歷史、世界歷史、歐洲歷史和人文地理學。自然課、數學課和其它課程考試未受影響。

路透社報導，預修歷史課程考試被禁的這個期間，也是中共在加快清查教材的時間。

2018年9月，中共教育部發起了對學校教材的審查、刪除行動，並加強所謂共產主義教育。

據關注中國人權問題的《寒冬》雜誌報導，被選入中小學教科書中的外國著名作品中「上帝」、「信仰」、「禮拜」、「聖經」等字眼，全部被中共刪除或篡改。

而《賣火柴的小女孩》、《魯賓孫漂流記》等經典故事，是因大陸語文教材刪減了不少「假英雄」的故事後補充的內容。

大陸語文這類人文學科肩負著中共的政治任務。路透社報導，中共試圖把它的意識形態作為國家教育體系的核心部分。

大陸教科書之前充斥著被中共大力吹捧出來的董存瑞、黃繼光、劉胡蘭、狼牙山五壯士等所謂「榜樣」。近幾年來，這些故事頻頻被挖底發現是造假，造假部分也在網絡上曝光。◇

中國境內外兩重天

美記者親歷互聯網不互聯

■ 記者吳馨綜合報導

隨著中美貿易和科技戰的升級，華為被美國列入黑名單，未來風雨飄搖，中國境內近日則頻頻出現斷網。雖然中共當局稱此為「護網行動」，但中共控制的互聯網已與全球互聯網越離越遠。

中共控制的互聯網已經成了一個與全球其它地區互聯網相隔離的世界，這種隔離主要通過中共網絡審查來實現，中共阻止中國用戶使用在美國和其它地方用戶每天都在使用的許多應用程序和網站。

近期，《洛杉磯時報》（Los Angeles Times）報導了題爲《中國與非中國互聯網是兩個世界》（The Chinese and non-Chinese internet are two worlds）的文章。該報北京分社工作的 Alice Su 和曾在南加州聖蓋博谷（San Gabriel Valley），以及在華人社區做報導的洛杉磯專欄作家 Frank Shyong 談到了穿梭在這兩個世界的一些經歷與思考。

國內上國外網需要 VPN

Alice Su 表示，在中國，世界互聯網的大部分內容無法訪問，人們需要使用一個 VPN 來打開谷歌、臉書、推特等，其它應用程序也是如此。她說：「最近我們買了一部中國手機一次性使用，但它無法下載西方的應用程序。」

谷歌宣布停止向華爲提供安卓系統，這將影響華爲手機在世界其它地方的吸引力，但這對不出國的中國手機用戶來說沒有太多影響，因爲谷歌在中國本身就遭到禁止。

Alice Su 表示，爲了在兩個互聯網上看到所有的相關報導，她必須不斷開關 VPN 來轉換平台。她說：「如果我想訪問一個中國網站，比如外交部的中文網站，我必須關閉 VPN，因爲如果我在西方互聯網上，我就無法打開這個中文網站。在北京，我要不停地打開、關閉 VPN 以查看中文的報導，然後查看西方世界能看到的版本。」

上網身分驗證如入海關檢查護照

Alice Su 表示，在中國，每個人都使用社交媒體應用程序「微信」（WeChat）。人們需要安裝微信或支付寶才能訂購食物，或者撥打優步（Uber）的中文版「滴滴出行」（Didi）。但這些應用程序只適用於中國的銀行帳戶。人們現在還可以使用微信來支付水電費、預訂酒店、預訂航班或購買電影票。

但現在又出現了身分驗證的嚴格規定。Alice Su 說：「幾年前還沒有。許多應用程序要求你把自己的護照拿到面部旁邊自拍，並將護照照片發送到這些應用程序。」

Frank Shyong 說：「這就像你要在他們（中國）的互聯網上入境一樣，就像你上他們的網絡要通過海關檢查。」

Alice Su 認爲，現在中國到處都安裝了攝像頭，並使用面部識別技術。身分驗證的規定出現後，中共政府監控又多了一個重要個人信息。Alice Su 說：「你所做的一切都會保存在你的設備上，並與你的面孔、位置、銀行帳戶和身分相聯。」



▲中共阻止中國用戶使用在美國和其它地方用戶每天都在使用的許多應用程序和網站。圖為北京民衆在網吧上網。（LIU JIN/AFP/Getty Images）

微信在自由世界享受自由 用戶受審查

在美國的華人社區，很多人都使用微信。Frank Shyong 說：「所有在洛杉磯的、我曾接觸過的講中文的人，都把我加到了他們的微信上。在聖蓋博谷的餐廳現在接受微信支付。他們使用支付寶已經有很長一段時間了。」

雖然人們在美國可以自由使用任何溝通工具進行溝通，但由於自由的工具，如 iMessage 和 Facebook 在中國無法使用，因此在美國的一些華人在需要與國內的朋友和家人溝通時，選擇使用在國內和國外同時能用的工具，如微信。

Frank Shyong 進一步解釋說：「這是他們用來與所有中國朋友交談的方式。如果你使用的是 iMessage，那麼只能和你在美國的中國朋友、家人使用。你無法同時向所有人發送消息。」

雖然微信在西方社會可以自由使用，但用戶一旦使用微信，就會受到中共的審查。Alice Su 說：「在中國，這些程序（微信和支付寶等）顯然是受到審查的，每個人都知道。一種常見的體驗是，當你貼了什麼信息，10 分鐘內就消失了——因爲它屬於敏感信息。或者有時你試圖貼一些信息，你根本貼不上去。在某些情況下，人們會自我審查，不再分享任何敏感的信息。」

Alice Su 表示，微信會根據用戶註冊帳戶的位置，對聊天進行不同的審查。她表示，多倫多大學公民實驗室（University of Toronto's Citizen Lab）的研究人員曾分析了微信審查的趨勢。根據他們的調查，微信的中國帳戶比外國帳戶受到更嚴的審查，而且即使中國帳戶後來更新到外國電話號碼，它仍將被審查，就好像它仍然在中國一樣。

她還說：「如果美國帳戶向具有中國帳戶的群組發送敏感信息，中國用戶將不會收到這些信息。所有被過濾的文章都會從微信中徹底刪除，因此即使是美國的帳戶，你也無法看到它們。」

中共操縱信息 民衆被隔離在另一個世界

自由世界的信息自由流動，幫助人們全面了解資訊並作出自己的判斷，但是在中國信息受到審查，人們的思維受到限制或被操縱。

Alice Su 說：「在中國，大部分新聞都是國家媒體發出的國家新聞。一切都很類似，你在十種不同的報紙上看到的是十個相同的頭條新聞。有一個笑話這麼說的，如果你讀報紙或看電視新聞，它總是 20 分鐘關於中國的好消息和 10 分鐘關於世界其它地方的壞消息。人們取笑這種方式，但它確實影響了他們的世界觀。」

她進一步舉例說：「我聽到中國人一直在說，『這裡真的很安全。』如果你要去美國，他們會警告，『小心，這很危險。』」

作爲一位在中美兩國工作的媒體記者，Alice Su 表示，自己必須保持清醒的頭腦。她說：「我需要小心地指出，我報導的世界是受控制的。我可能會採訪很多中國人，大多數人可能會以某種方式思考。如果我從社交媒體平台微博中引用一些東西，我必須清楚，其中大部分都是經過精心製作的。」

Alice Su 還說，在美國也有一個隔離的華人世界，它之所以是隔離的，是因爲有一個黨派和政府在指導它，劃定界限並決定什麼是可以說的，什麼是不可以說的。◇

貿易戰下 中共再啓「上山下鄉」

■ 大紀元訊

中共中央辦公廳6 月 19 日正式發布「人才下鄉」通知，要求各地區、各部門執行。中共此舉引發巨大爭議，外界擔憂，中共爲解決城市失業潮，文革時期的「上山下鄉」運動捲土重來。

這項人才向「艱苦邊遠地區和基層」流動的政策已於今年 1 月 23 日在中共中央全面深化改革委員會第 6 次會議上審議通過。

據央視新聞報導，當局要求把人才下鄉的工作擺上「重要日程」和戰略地位，鼓勵更多人才到艱苦邊遠地區和基層一線。地方政府要先行先試，創造「可複製、可借鑒」的經驗。

美國 CNN 的報導稱，不少人擔心這將成爲毛澤東時期「上山下鄉運動 2.0 版」。一位中國近代歷史學家表示，「對掌權者而言，失業人口等同於社會不穩定因子。毛澤東時代，他們將青年送到鄉下，現在他們大概也有相同的思維。」

4 月，中共共青團提出動員 1,000 萬人次「青年下鄉」的計畫，但官方並未具體說明將用哪些條件吸引青年下鄉。

失業問題會衝擊中共的統治，已是中共當務之急。當局早把「穩就業」排在「六穩」之首，中共國務院還專門成立「就業工作領導小組」，誓言「守住不發生大規模失業的底線」。

今年 7 月份，大陸預計有 834 萬高校畢業生進入就業市場，受貿易戰影響企業用工減少，預計今年至少 400 萬畢業生將成爲「畢業就失業」的群體。

貿易戰加快了大批在華外資企業撤離中國的速度，據日本媒體半年前報導，貿易戰已經造成超過 500 萬家中國企業倒閉。數據顯示中國失業人口可能高達 1,000 萬。◇

風向有變？多家央企密集拋售房地產項目

■ 大紀元訊

中國長期以來依靠房地產拉動 GDP 增長，同時房地產本身也具有高額利潤。近來，大陸十幾家大型國有房地產企業密集轉讓項目股權，引發業界關注。

據《證券時報》消息，5 月 1 日至 6 月 14 日，北京市共有 20 個房地產項目進行股權轉讓（包括正式披露和預披露項目），而今年前四個月只有兩個，去年 4 月至 12 月 9 個月時間裡總共僅有十個。

該消息說，在這 20 個房地產項目中，有 15 個項目轉讓方的出資人爲央企，包括保利集團、中化集團、華僑城集團、中航工業、中國電建、中國通用技術集團、中國電子、國機集團、中國有色集團等 11 家。

6 月 12 日，中化集團旗下中國金茂掛牌轉讓北京茂豐置業有限公司 28.56% 的股權；保利集團旗下保利地產轉讓北京金豐置業有限公司 10% 的股權；17 日，華僑城集團旗下公司掛牌轉讓盈江縣大盈江玉石城有限公司 100% 的股權。

自由亞洲電台引用中國金融學者賀江兵的分析表示，央企對房地產市場不看好：「這說明他們提前知道了上層的意圖；第二、6 月 13 日央行的書記兼銀保監會主席郭樹清在上海陸家嘴有一個發言，他說住房不炒，然後說房地產的量過大、空置率過高這種危害性，他發出嚴重警告。」可能是房地產稅於近期落地。

賀江兵說，央企作爲中國房地產市場的風向標，其動態對民衆而言，大有參考價值。◇

深圳甲級寫字樓空置率逾 23%

■ 大紀元訊

在美中貿易戰、大陸經濟減緩情況下，企業不斷撤離。今年上半年，深圳的甲級寫字樓空置率已攀昇至 23.3%，其中前海片區高達 65.7%。

6 月 18 日，中介機構高力國際發布 2019 年上半年深圳甲級寫字樓市場報告。該機構數據顯示，深圳當前甲級寫字樓的平均空置率達到 23.3% 的新高，全市當前約有 129 萬平方米的甲級寫字樓處於空置狀態。

在寫字樓空置率最高的前海自貿區，租金一直很低，平均租金只有 139 元 / 月 / 平方米，約是南山、福田兩個區域的五到六成。而前海自貿區定位高端，被規劃爲深圳未來最國際化的片區，該片區也是深圳房價最貴的區域，區內寫字樓聚集。

深圳並不是寫字樓空置率上升的唯一城市。2018 年，中國辦公樓市場平均空置率爲 19.8%。華中地區由於寫字樓集中供應，空置率高達 45.2%。

一位在福田中心區租用辦公樓的創業者說，深圳的寫字樓市場也反映了當前的經濟形勢。

美中貿易戰升級疊加大陸經濟下行的形勢，令外資企業撤離大陸的步伐加快，一季度深圳登記外資企業同比下降 75%。◇

「暴行仍在繼續」
國際媒體聚焦中共活摘器官

■ 記者袁麗綜合報導

位於英國倫敦的非政府組織「獨立人民法庭」於6月17日作出終審裁決，指中共進行活體摘取器官的暴行已犯下反人類罪以及酷刑罪，並表示這種暴行仍在中國繼續發生。《衛報》、路透社、《每日郵報》、天空新聞、雅虎新聞、《悉尼晨鋒報》、《新聞週刊》等多家媒體紛紛予以報導。


▲英國御用大律師尼斯爵士擔任主席的「人民法庭」6月17日裁定，中共仍在活摘法輪功學員器官。（冠奇／大紀元）

▲法庭內聚集了大約200名旁聽的民眾。（冠奇／大紀元）

《衛報》17日在報導中表示，「獨立人民法庭」（簡稱獨立法庭）在倫敦舉行聽證會後得出結論，在中國因器官移植而殺害被拘留者的事件仍在繼續，受害者包括法輪功修煉者。

文章引述了獨立法庭主席尼斯爵士（Geoffrey Nice）的話說，法庭一致認爲「法輪功學員作爲來源——可能是主要來源，被強制摘取器官」，他並補充說，「沒有證據表明這種做法已經停止，法庭確信這種做法還在繼續。」

尼斯爵士說：「結論表明，大量的人無來由地以無法形容的可怕方式死亡，還有更多人可能遭受了類似的痛苦。而這種極爲邪惡的罪行發生在我們的星球上，發生在最古老文明國家的（中共）當局治下。」

「獨立人民法庭」是「終止中共移植濫用國際聯盟（ETAC）」於2018年10月發起成立，由七名來自不同國度，具有豐富國際法、人權、移植醫學、國際關係、中國歷史及商業知識和經驗的成員組成，並由英國御用大律師尼斯爵士主持。

路透社在文章中講到，獨立法庭認爲中共正在謀殺法輪功學員，並摘取他們的器官進行移植。該機構正在進一步調查他們所認爲的潛在的種族滅絕。

英國《每日郵報》提出，中共政府在2014年宣布將停止使用被處決的囚犯作爲移植器官的來源，但獨立法庭6月17日發表的一份報告得出結論，這種做法並沒有停止。文章引述獨立法庭的結論說，法輪功修煉者「肯定」是近幾十年來當局「強制器官採集」來源之一，維吾爾人也面臨類似的遭遇。獨立法庭還表示，（中國）醫院可以在未經捐贈者同意的情況下要求「按需」提取器官。

據天空新聞（Sky News）報導，中國移植器官行業估計價值10億美元，每個肝臟價值16萬美元。

《悉尼晨鋒報》在文中提到中共進行活摘器官的原因，獨立法庭提出「利潤也是一個可能的動機」。文章中引述人口販賣基金會（Human Trafficking Foundation）組織一位發言人的話說：「販運器官往往被忽視，但這一令人髮指的罪行需要更多關注，這影響到我們所有的人。」◇

BBC訪活摘器官醫生

■ 記者張北編譯報導

英國廣播公司世界新聞頻道（BBC World News）的環球節目邀請了法庭的兩位證人——美國資深調查記者伊森．葛特曼和流亡海外的維族醫生安華托帝，就中共活摘器官的話題進行專訪。

葛特曼在節目中表示，儘管中共聲稱已經停止從死刑犯身上摘取器官，但是沒有任何數據顯示中國的器官移植產業有縮水跡象。

他說，「在2016年，中國的實際器官移植數量比官方公布的數據多了整整10倍，不但沒有減少，反而增加了。而且去中國進行『器官移植旅遊』的人還在遞增。」

「我花了七年時間調查，採訪了很多到世界各國尋求政治庇護的法輪功學員。我發現了一個非常奇怪的情節，（中共進行的）體檢只針對可以販賣的器官，其餘的一概不管。比如，他們很仔細地檢查角膜，卻對他眼部其它健康狀況如視力等毫不關心。」葛特曼說。

此外，新疆維族人也成爲活摘器官的受害群體。「我們知道，新疆150萬維族人被抽血，現在有150萬到200萬維族人被關押在集中營」，葛特曼說，「烏魯木齊機場開通了人體器官運輸通道，那兒還新建了一座火葬場，僱用了50名保安守衛，那些保安每個月工資1,200美元（相當於8,200元人民幣），這在當地是不可思議的高收入。」

安華托帝醫生曾在新疆烏魯木齊鐵路局中心醫院擔任腫瘤外科醫生。1995年他曾被主任醫生派去烏魯木齊的「西山刑場」活摘死刑犯的器官。

他在節目中坦誠，當時做這件事情不但沒有罪惡感，反而覺得是件值得驕傲的事，「那是一個經過洗腦的社會，你完全被洗腦了，覺得被告知的一切都是正確的。來到這個國家（英國）之後，我接觸到了西方文明，才意識到人應該有尊嚴，之前做的那件事（活摘）是錯的。」他說。

安華托帝補充道：「以前他們是在山區，但是，他們現在在市區，在室內殺人。開槍後，士兵就立刻撤出去了，然後醫生馬上進來（摘取器官）。」◇

人民法庭：中共是犯罪政權 制止活摘全世界有責

■ 記者 Jane Werrell 英國倫敦報導

在過去十多年裡，外界一直指控中共在進行活摘器官獲取利益的罪行，但從來沒有一個清晰的法律文件來判定這種行爲是如何觸犯國際法律的。調查中共強制活摘器官的非政府組織「獨立人民法庭」6月17日在英國倫敦舉行終審判決，判定中共政府對以法輪功學員爲主的良心犯進行大規模器官摘取，無可置疑地犯有危害人類罪及酷刑罪，法庭認定中共治下的政府是一個犯罪政權。

在過去的8個月裡，「獨立人民法庭」從醫學專家、人權調查員和受害人那裡廣泛蒐集證據，調查中共政府是否繼續從事活摘器官的罪行。

該組織主席尼斯爵士17日在大約200名出庭民眾面前宣讀了審判結果，批評一些西方政府沒有對中共活摘器官採取行動。他表示：「各國如果採取行動，不讓中共逃避法律監管，就會讓中共明白必須停止犯罪。」


▲阿姆斯特丹的歐洲問題專家Nevenka Tromp博士出席了「獨立人民法庭」6月17日的判決。（冠奇／大紀元）


▲法輪功學員曾錚作證指她被關押期間曾多次被要求接受體檢和驗血。（冠奇／大紀元）

來自荷蘭阿姆斯特丹的歐洲問題專家川蔡坡博士表示：「判決書中的最後一段是向世界表明，無論在政治、醫療、文化還是經濟方面，所有與中共政府打交道的組織要清楚，你是在和一個犯罪的政權打交道……越來越多的人因爲經濟利益想和中共往來，卻忘了人道主義。」

中共極力阻止取證 人民法庭：不會被嚇倒

一直參與促成「獨立人民法庭」創建的英國保守黨人權委員會副主席、議會議員羅哲斯（Ben Rogers）說：「這次調查過程中，法庭曾多次邀請中共政府代表、中國相關醫療機構代表，以及支持中共政府解釋的人出庭。很有趣的是，沒有人願意出席或給法庭提供證據。」

判決書寫道：「從那時（調查初期）起，法庭在試圖獲取證實活摘器官的資料時就遇到來自中共無所不在的保密、沉默和混淆視聽（等阻力）。法庭不會被嚇倒，並會根據當前的證據做一個判決。」

中國問題分析專家葛特曼（Ethan Gutmann）調查中共活摘罪行已有十多年了。他曾在2016年與加拿大著名人權律師麥塔斯及前加拿大亞太司司長喬高聯合發布深度報告《血腥的器官摘取／大屠殺：更新版》。他說，獨立法庭的判決對他來講喜憂參半，「從某種程度上說，這個審判來得太晚了，晚了六七年，甚至十年」，葛特曼說，「從（活摘）一開始就應該審判，已經有太多人被奪走了生命——因不理解，也因爲西方社會的忽視。」

出庭作證的法輪功學員曾錚說：「我理解爲什麼很多政府都沒有表態，因爲一旦承認這樣的邪惡在發生著，這些政府面臨的第二個問題就是採取行動，來制止惡行。如果他們還沒有準備好承擔這種道義責任，就只能說不相信。但我相信『正義會遲到，但不會缺席』。」

曾錚在中國因修煉法輪功被關押，期間有三次被身體檢查的經歷。她在2001年逃出中國，在得知中共活摘器官的罪行時，回想到自己當初被反覆要求做身體檢查很可能是活摘器官的醫療篩選程序。◇

「人民法庭」判決書節選

2018年12月，法庭發布了一項臨時判決：法庭成員一致確信，無可置疑，中共強制從良心囚犯身上摘取器官，作案時間很長、所涉受害者衆多。

法庭的結論如下：

- 中國醫生和醫院承諾，只要極短的等待時間，就可以獲得用於移植的器官；
- 法輪功學員和維吾爾人遭受酷刑；
- 累積的數字證據（不包括虛假的中國數據）表明：跟實際執行的移植手術數量相比，最近成立的「中國自願捐贈計畫」不可能提供足夠的「合格捐贈者」；
- 在實行「自願捐贈計畫」之前，中國就有大規模用於器官移植手術和醫務人員工作的設施。法庭掌握了強制器官摘取的直接和間接證據。

當把這些個別結論綜合在一起後，法庭得出了最終的必然結論：大規模強迫摘取器官活動，已經在中國進行了多年，法輪功學員是器官供應的最主要來源。

現在中國（中共）對維吾爾人進行迫害和醫學檢測，也許在適當的時候，外界也會得知中國（中共）強迫摘取這一群體器官的證據。

法庭沒有證據表明，與中國（中共）器官移植有關的重要基礎設施已被拆除，並且沒有得到那些器官來源的令人滿意的解釋，因此法庭認為，中國（中共）強摘器官的行為一直持續到今天。

法庭審議了這是否構成種族滅絕罪。

中國大陸的法輪功學員和維吾爾人，都有資格作為種族滅絕罪中的「團體」。

對於法輪功學員，中國（中共）犯下了下列滅絕種族罪的罪行：

- 殺害該團體的成員；
- 對該團體成員造成嚴重的身心傷害。

法庭指出，強迫摘取器官具有無與倫比的邪惡。鑑於這一點，衡量一下證據和法律，對於那些有權在國際法院或聯合國進行調查和訴訟的人來說，有責任來鑑定是否種族滅絕罪成立，他們應立即採取行動，確定違反「滅絕種族罪公約」人的任何責任。

反對迫害法輪功和維吾爾族人的委員會有合理懷疑，法輪功學員和維吾爾族人被施以下面一項或幾項（迫害）行為：

- 謀殺 ●滅絕 ●酷刑；
- 違反國際法基本規則的監禁或其它嚴重剝奪人身自由的行為；
- 強姦或任何其它形式的性暴力；
- 根據國際法普遍承認的，針對種族、民族、族裔、文化或宗教理由進行的迫害；
- 強迫失蹤。

各國政府和國際機構必須履行其職責，不僅要對可能的種族滅絕指控，而且還要對危害人類的罪行進行指控。如果無所作為，在這個互聯網時代，世界各地的個人可能採取共同行動向政府施壓，使這些政府和其它國際機構將不得不採取行動。◇

分析：習近平爲何誤判香港民意

■ 記者林新報導

香港修訂《逃犯條例》引發民衆巨大的憤怒，導致6月9日和16日連續兩次超大規模抗議遊行，分別有103萬及200萬港人上街。有分析認為，此過程中，可能有假情報致使習近平當局誤判香港民意的因素。

6月16日星期日，香港再次爆發反「送中惡法」（又稱：《逃犯條例》、《引渡條例》、《送中條例》）大遊行，據主辦方估計，大約有近200萬人走上街頭。儘管香港特首林鄭月娥此前6月15日宣布，無限期暫緩修訂《引渡條例》，但未平息香港人的憤怒。

有分析認爲，修例事件至今，在香港引發這麼大的憤怒，過程中有習當局誤判香港民意的因素，這可能是因爲假情報、假信息所導致。



▲6月16日，香港參加「反送中」大遊行的市民高舉各種自製標語表達抗議。（余鋼／大紀元）

香港民意壓力下 林鄭月娥態度前倨後恭

6月9日，香港爆發「反送中惡法」遊行，遊行發起方表示有103萬人參加，香港警方稱高峰時有24萬人。

10日，特首林鄭月娥強硬表示，她不打算撤回《送中條例》的修訂。

「我們要推動修訂，仍然在推動修訂，我們是無愧於心，是出於我們對香港的承諾。」林鄭月娥對媒體說，這是她首次對示威活動發表評論。

12日清早，林鄭接受專訪，再次強調《送中條例》一定要改，並對示威民衆做比喻說，如果媽媽縱容孩子的任性行爲，那麼多年後，「他會問我：『當時媽媽爲何不提醒我？』」

林鄭的態度引發抗議民衆的怒火。當日，香港爆發嚴重的警民衝突。

值得注意的是，之後的6月13日，中共駐英大使劉曉明接受BBC採訪時否認香港修例與北京當局有關。他表示：「事實上，中央從未指示香港修例。」

之後，林鄭月娥的態度開始大幅放軟。6月15日，林鄭宣布暫緩修例。她在記者會上承認，政府在修例一事上解說工作做得不足。她感到「難過和遺憾」，會用「謙卑態度」接受批評、加以改進，繼續與市民同行。

6月16日，香港再次爆發大遊行，主辦方指近200萬人參加。遊行要求港府撤回修例，並要求林鄭下台。

同日，港府於遊行未結束已發聲明回應，林鄭月娥就修例事件向香港市民致歉。林鄭用詞包括「會以最有誠意、最謙卑的態度」接受批評。

6月17日，特區政府首席智囊、行政會議召集人陳智思再替林鄭放風，指其個人相信林鄭月娥已經感到非常歉意和內疚，得到很大教訓。

外交部發言人 不直接回答「民意」問題

除了林鄭月娥，中共外交部的態度對「香港民意」問題的態度也有微妙變化。

17日，外交部發言人陸慷在記者會上被問及：「外交部發言人上週曾說過，6月12日發生在香港地區的遊行不代表當地主流民意。昨天香港地區又發生了遊行，請問發言人是否仍然認爲這不代表當地主流民意？」

陸慷沒直接回答這個問題，建議提問者向「中方主管部門去了解」。但他又加了一句，12日外交部發言人耿爽的說法沒有錯，「任何損害香港繁榮穩定的行爲都是香港主流民意所反對的」。

6月10日，耿爽在記者會上，被問及6月9日「反送中」大遊行時，指無論人數多寡，都不能代表民意。

時事評論員李林一表示，一般來說，中共外交部發言人建議記者「向主管部門了解」，是不想回答這個問題的官式託辭。這也說明，中共最高層已經意識到了洶湧的香港民意。

偽造香港民意「80萬港人」連署支持修例內幕

6月10日，中共新聞發言人耿爽在記者會上公然聲稱「80萬港人支持修例」的說法，在海外網絡上遭到怒罵，「還有更無恥的謊言嗎？」

網民「王仁德」在臉書上的帖子，揭示了官方數字造假的內幕。

這位網民在「保公義撐修例大聯盟」官方網站簽名的地址下面寫道：「希望各位能填上所有親戚朋友甚至小、中學同學姓名，又或者簡單幾個英文字代表即可：如abcd，至於電話號碼方面1234即可」。

他還公開聲稱，「一個人可以開無數個」，並建議衆人「隔10分至15分鐘再重新連署，否則不會成功」。

大紀元記者也試了一下，在名字處填上ABCD，在身分證前四位數上填上1234，電話號碼處上顯示是選項，記者跳過，然後按送出，立即屏幕彈出一小窗口：連署成功。

就這樣，記者成爲「連署」的第90萬9,370人。

傳中共派人混入香港遊行隊伍打聽香港民意

據香港《明報》15日報導，中共官員早已派「探子」混入6月9日大遊行，甚至6月12日在金鐘警民衝突現場喬裝參加者，與參加的年輕人溝通，然後向北京上報，不會只聽從中聯辦彙報。

有香港資深建制派人士稱，京官近日不斷向建制派收風，了解市民上街抗爭原因。

李林一分析認爲，習當局跳過中聯辦，直接派人混入遊行隊伍打聽消息，顯示中南海已經對收到的情報、信息抱懷疑態度，想要通過其它方式了解真實情況。

分析：習近平收到假情報、假信息

李林一說，修例事件是港府前台運作，中南海背後支持。結果顯示，習當局最高層由於收到假情報、假信息，對香港民意作出誤判的可能性較大。中共當然知道《送中條例》會在香港引發很大反對，也知港人對中共厭惡和痛恨。習當局對香港民意誤判，在於未料到有百萬港人敢於公開站出來反對。

此外，李林一分析，中南海的那些智囊和習近平，爲何會同意港府在習參加G20之前兩週，就條例進行「二讀」？如果香港出了大事，習近平在G20上會遭到西方多國公開指責，這對習的國際形象是嚴重打擊；而不去G20會議，又會被川普直接加徵關稅。

換言之，習當局沒必要在這個時節去強力推進修例這個事。這後面，是否還有江派等人的攪局因素，未來觀察習會否因此發起新一輪清洗，就可猜到一二。◇

鮑彤聲援港人反送中 籲林鄭下台實現普選

■ 記者駱亞採訪報導

6月16日，香港再有200萬民衆走上街頭抗爭，要求特首林鄭月娥下台、撤回《送中條例》（也叫《逃犯條例》、《引渡條例》）等，創下了香港歷年遊行之最，令全球震撼。原中共總書記趙紫陽的政治祕書鮑彤先生聲援香港，建議林鄭辭職下台，實現普選，選出新特首和立法會。

香港百萬人反「送中」 鮑彤聲援

香港百萬民衆6月9日上街反《送中條例》後，林鄭堅持推進該條例，香港市民6月12日再舉行罷課、罷市、罷工的三罷行動，當天的民間抗議行爲遭到警方的暴力鎮壓。6月16日星期日，有近200萬人參加了又一輪的抗議行動。市民提出包括林鄭下台、撤回《送中條例》等五大訴求。


▲ 原中共總書記趙紫陽的政治祕書鮑彤先生呼籲林鄭下台，民選特首和立法會。圖為鮑彤資料照片。（AFP PHOTO/Mark RALSTON）

16日傍晚，林鄭發了300字檢討，表達無限期擱置修例並向港人道歉，但對暴動的定性仍沒有說明。

鮑彤表示：「林鄭如果是特首，她應該傾聽香港老百姓的意見。」「特首沒有特權，惹了天大的禍，她應該有責任辭職下台，以謝港人，以謝天下。」

「一國兩制」名存實亡

鮑彤認爲，鄧小平簽署的《中英聯合聲明》中，明確表示「一國兩制」，就是港人治港、高度自治。但現在高度自治變成這樣了。

他表示：「港人治港第一件事情應該是實現普選。如果特首不是選舉出來的，港人治什麼港？如果立法會不是通過選舉產生的，那港人治港的權力何在？」

中共駐英大使劉曉明接受BBC專訪時稱「香港回歸後，《中英聯合聲明》就完成了它的使命」，並強調「它是一個歷史文件」。

鮑彤說：「如果是簽訂的歷史文件，這個歷史文件以後不起作用，那麼要這個歷史文件幹什麼？那麼就是『一國兩制』是騙人的。」

鮑彤進一步分析稱，「既然是聯合聲明，那當然兩國政府都有維護這個共同聲明的責任。簽署就意味著負責任。聯合聲明是中國和英國兩國正式、有效的聲明，不是無效的聲明。」

外界普遍認爲香港「一國二制」名存實亡了，中共駐英大使劉曉明卻堅稱，「『一國兩制』在香港的實踐非常成功。」

鮑彤反問道：「那叫做非常成功嗎？！成功了，就是民衆可以發表自己的意見，而不是被定性爲『暴動』。」

他說：「民衆發表意見，若在北京、在天安門是不允許的，是必須用坦克、用槍來屠殺的；但是，因爲是『兩制』，所以在香港是合法的、是正常的、是應該受到香港政府保護的。」◇

腹中胎兒會被噪音嚇到嗎？

3招避免聽覺傷害

■ 講述｜曾文瑛（聽力學博士、驗耳師）
■ 採訪整理｜韓慧林



Q1：施工、打地基等噪音，會損害胎兒的聽力嗎？

首先來看一下胎兒聽力的發展。

在媽媽懷孕的16～19週，胎兒聽力開始形成，此時胎兒開始聽到媽媽的心臟跳動、呼吸、臍帶血液流動、胃腸蠕動的聲音。在24～25週左右，胎兒就能聽到媽媽溫柔的說話聲和歌聲了。這些聲音都在30～40分貝左右，就像耳邊的竊竊私語，對胎兒聽力不會產生不良影響。在這時期，超聲圖已能看到胎兒在受到震音刺激時的驚嚇反應。



至28週時，胎兒對音響刺激已有充分的反應能力。

噪音指的都是持續性的高分貝聲音。在吵雜環境中工作有時間限制，標準是90分貝（如割草機的聲音或卡車駛過的聲音）不超過8小時；95分貝（如200英尺處地鐵駛過的聲音）不超過4小時；100分貝（如一般家用音響設備的最大音量）不超過2小時。工作環境內，持續聲量不能超過115分貝（如搖滾音樂會聲音），斷續聲量不能超過140分貝（如100英尺內飛機引擎聲音）。

一般職業工作之外的環境聲音是以日夜平均音級來測量。為保護公衆健康，美國環境保護機構建議日間音量不超過55分貝，晚間音量不超過45分貝。

在嘈雜環境中工作的婦女會接觸各種噪音，如機器噪音（工廠）、槍支噪音（射擊場）、嘈雜的音樂（夜總會）、人群噪音（華爾街交易所）、警笛（警察局）、卡車噪音（貨運公司），飛機噪音（飛機場）等。如果懷孕期間工作環境很吵或住在噪雜地區，如機場、地鐵、建築工地附近，可影響孕婦的聽力並增加孕婦的精神壓力，造成血壓升高和身體的變化，從而影響正在發育的胎兒。當噪音音量非常高時，如使用手提鑽或在搖滾音樂會場，都可能增加孕婦及胎兒聽力受損的機率。

Q2：聲音是否會透過腹壁、羊水進入子宮內？

胎兒接受的噪音是通過母親腹壁傳播的，孕婦腹部暴露於強噪音時，就會使胎兒也暴露於強噪音中。母體腹壁的各種組織，如子宮、羊水，對胎兒可以起到一定的保護作用，一般可使聲音強度減低20～35分貝，尤其是高頻率的聲音幾乎沒法穿過，但對500赫茲及以下的低頻聲音幾乎沒有減弱功能，此時就使得胎兒的聽覺系統直接接觸噪音。

孕婦可以感受到的隆隆聲或振動的噪音是非常低頻的聲音，我們不確定發育中的胎兒是否會受到這種噪音的影響，但這些聲音很容易穿過孕婦的身體，並可能導致孕婦的身體發生變化，從而影響正在發育的胎兒，因此應該儘可能避免這種噪音。

Q3：孕婦戴耳塞能保護胎兒嗎？

有些孕婦以為戴上耳塞或耳罩，就能保護胎兒的聽力，這是一個錯誤的概念。這樣做只保護了孕婦自己的聽覺，對胎兒沒有任何保護作用。

Q4：有沒有測量噪音的工具推薦給孕婦使用？

如果你想準確知道自身環境內的噪音音量，可以上Amazon網站找Sound Level Meter，私人用的很便宜，不必買專家職業型的。◇

做到3點預防胎兒聽力受損

相對而言，噪音形成的危害是潛在而且是慢性的，常常被人不經意間忽略，但一旦造成嚴重後果是很難挽回的，所以孕婦一定要保持警惕。

預防寶寶聽力受損，以下三點要注意：

1. 避免接觸高強噪音，85分貝是安全值的上限。

孕婦要避免在噪音強度超過標準的環境中從事工作；平常看電視、聽音響要保證音強的適度；有意識地避開歌舞廳、建築工地等噪聲強度大的場所；過年時最好與震耳的、持續的鞭炮聲保持遠距離；使用胎教音樂也要符合頻率、音強等方面的要求，從而保護胎兒的健康發育。

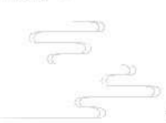
2. 避免噪音源靠在身上，孕婦的身體也要避免接觸震動源。

當孕婦的腹部更接近噪音源時，對於正在發育的胎兒來說，聲音會更強烈。

3. 避免導致嬰兒聽力問題的其它因素。

導致嬰兒聽力問題還可能是其它原因造成的，毒品、藥物、香菸、咖啡因、家暴、營養不良等等對胎兒的傷害遠比噪音嚴重，因此一定要避免。

短時期的強噪音接觸一般不會造成明顯傷害，所以孕婦不必過分緊張，保持平和的心態，同時注意儘量減少接觸強噪音，為自己和胎兒創建一個安靜、祥和的環境，保證母嬰的身心健康。◇





整版圖片來源：Fotolia、Shutterstock

五位百歲名人的長壽祕訣

文｜Elizabeth Santoro 編譯｜夏瑞希

「尋找青春之泉、追求長生不老」也許只是神話，但並不表示想要長壽的希望就會落空。除了遺傳基因，要活得長久還有許多祕訣。

以下是五位百歲名人分享他們活得長久自在的智慧：

⊙「長壽很簡單，就是持續做你喜歡做的事，如此而已。任何有熱情的人，都把熱情當成生命中重要的一部分。熱情能讓你健康、快樂、忙碌，它確實讓我一直忙到今天。」

——蘭多夫．霍坎森（Randolph Hokanson），103歲，美國鋼琴家兼教授。

⊙「因為沒有時間閒著，所以我所有的時間都在活躍。我想忙碌能迫使人保持健康。我從沒想像過自己活到90多歲，而且還在繼續工作。我真是最幸運的女人了。」

——貝蒂．懷特（Betty White），96歲，美國女演員。

⊙「我的心臟病醫生說：『Frank，我要是能擁有你所擁有的，該多好哇。』我說：『如果我知道那是什麼，我就要申請專利了！』因為我經歷過各種磨難：膽囊切除、開胸手術、心臟病發作、中風、充血性心力衰竭，現在還帶著除顫器。所以我是怎麼活到現在的啊？不知道。我只知道生活中沒有任何壓力能把我惹毛，我過著非常平靜的生活。只有在開車時才能讓我大動肝火，我現在還能開車，噢！看看那些人的開車方式，簡直令人抓狂！」

——法蘭克漢德倫（Frank Handlen），102歲，美國畫家。

⊙「我很幸運能在64年前找到我的靈魂伴侶，我相信是幸福的婚姻，和每晚『黃金時段』與太太的交談，幫我度過了一切難關。」

——寇克道格拉斯（Kirk Douglas），101歲，美國演員，製片人、導演和作家。

⊙「對我來說，幸福的關鍵也許是活得夠長，足以回顧過去發生過的事。因為設想未來要做什麼，想做什麼，總是讓我如墜雲霧，充滿焦慮。」

——亨利摩根索三世（Henry Morgenthau III），100歲，美國作家兼電視製片。◇



日本旅遊

觀光客的最愛 kodawari

前言：近年來日本成為當紅的觀光勝地。從新幹線列車從不出錯的運行到牛肉速食店快速有效率的出餐服務，這些日本人視為理所當然的事情，都會讓外國人驚歎不已。想要知道日本為何能持續提供高品質產品和服務，我們就必須了解kodawari（日文こだわり）這個概念。

■文／茂木健一郎 翻譯／丁世佳

遊客都會注意到日本有很多並非連鎖或是大企業，而是個人經營的小餐廳、酒館，這些地方都有當地特色，並且富有獨特的個人風格，店裡通常有店主引以為榮的kodawari no ippin（こだわりの一品，即特別講究的一品）——也就是招牌菜，裡面可能有特殊的材料，或是特別著重材料的產地，或是準備菜餚需要的功夫，客人都欣賞這些提供精緻料理的店家，把它們視為個人交流及群體意識的重要場所。

著名的拉麵是特別有趣的例子，日本人痛下功夫，將國外傳來的麵改造成接近完美的獨特產品。這種麵源自中國，但在日本卻發展出非常多不同的拉麵，不同的湯頭、麵條不同的煮法以及不同的配料，種類繁多，兩個日本人一旦開始討論他們喜歡哪種拉麵，那就沒完沒了了。日本電影界最精銳的大老之一伊丹十三就在1985年的電影《蒲公英》中對拉麵的kodawari致意，他詳細描繪了湯頭的製作、揉麵的講究、配料的數量和份量，此外，顧客必須學習品嚐拉麵的正確方式，這一切都在電影中以喜劇的方式呈現。雖然對拉麵熱誠的表現方式幽默而誇大，其中也有純粹是娛樂的部分，然而電影之所以有趣正是因為這些描述非常真實，從小處著手，然後將每一個步驟做到盡善盡美，這正是日本每一家拉麵店主的精神，而且也廣泛為大眾所認同。

kodawari本身看起來似乎頑固且以自我為中心，幾乎到了排除外界的地步，日本人心目中的拉麵店主形象也確實是難以溝通、個性暴躁，同時要求顧客的水準要配得上他的拉麵，《蒲公英》中的拉麵店老闆非要顧客把麵湯都喝完才滿意，事實上，kodawari最終極的目標是溝通，講究透過每一個微小的步驟製作出一碗完美的拉麵，最終只是為了看見顧客臉上露出的笑容。

史帝夫．喬布斯（Steve Jobs）也有這種kodawari，雖然他並沒有詳細解釋過這種精神，但從他不斷試圖讓iPhone功能更加完美看來，kodawari絕對是喬布斯的特色，我們甚至可以說喬布斯在kodawari的精神上是日本人！

當然，喬布斯是人中龍鳳，日本最特殊的地方可能在於一般人普遍都講究kodawari，從小居酒屋的老闆、飼養神戶牛的農家到大間（位於日本北邊青森縣的港口）的鮪魚，日本有無數的人執著於各自的kodawari，許多農家將所有時間精力和創意都投注在培育品質最佳、味道最美的農產品上，他們改善土壤、修枝灌溉、精心選擇農產品的種類、仔細栽培，他們將本於從小處著手的精神，講究到令人難以置信的地步。

kodawari非常重要的一點，在於這些人追求的目標遠高過基於市場原則的合理預期。

如果你想成功，通常都必須提供品質合理的產品，然而，一旦你到達了某個程度，努力和品質的改善便不成比例了，這就像是學習曲線，如果你是個學生，到了某個階段除非有特殊情況，否則就不用太努力唸書了，因為成績進步的幅度太小，不如把時間、精力花在別的地方。

這種理論對有kodawari的人來說很陌生，他們無法滿足於「不錯」的拉麵，他們不會覺得品質「可以」的鮪魚就好了，提供「不錯」或「可以」的產品只能讓你獲得合理的成功，然而有kodawari的人會更進一步，不需任何理由，「不錯」對他們來說「不夠好」，把它稱為創造性的瘋狂也不為過。

在某個時期，旁觀者可能會覺得這些追求完美的人講究過了頭，付出太多的努力，然而就在此時奇蹟發生了，你發覺自己追求的品質還能更上層樓，你會突破瓶頸，或是有全新的發現，全新的產品類別能開拓全新的市場，顧客願意花大錢獲得前所未有的高品質。◇

▲「和食」是用眼睛品嚐的料理，日本料理除了要求材料新鮮外，還講究切割，以及擺放的藝術，它注重「色、香、味、器」四者的和諧統一，不僅重視味覺，而且重視視覺享受。（Fotolia）

「柚子」9月訪台開唱 此前先登金曲舞台

■大紀元訊

從街頭起家，出道逾21年的日本國民天團柚子（YUZU）以原創、多元的清新曲風受到喜愛，至今在樂壇屹立不搖，而今年他們將再次到台灣，於9月28、29日連續兩天在信義劇場Legacy MAX開唱。

在開唱之前，柚子YUZU榮獲第30屆金曲獎頒獎典禮的邀請，將在6月29日首次登上金曲獎大舞台於台北小巨蛋演出，本次也會和台灣創作歌手蔡旻佑共同合作。

柚子表示：「這次是和台灣藝人合作初體驗，特別期待有更多的音樂交流，同時感到很興奮。」而目前正在日本進行巡演的柚子YUZU，也有新單曲推出。

新歌《SEIMEI》是他們為了貼近「柚子自彈自唱巨蛋巡迴2019柚彈柚唱～拍手喝祭～」這次巡演主題所做的創作，同時也是日本保險公司的最新廣告曲，由於歌曲正面又充滿能量，也被選為東京2020奧林匹克傳遞聖火跑者募集的主題曲。

《SEIMEI》這首歌日前也在日本電視台人氣節目《SUKKIRI》當中首次公開，主持人和來賓以及觀眾都紛紛表示聽到新歌真得很被打動。

此外，說到柚子YUZU就不得不提到他們的形象人偶「柚子超人」，常常在演唱會周邊商品都能看見這個非常可愛的角色，柚子YUZU團員北川悠人之前唱而優則演，最近還跨界初次挑戰推出漫畫作品《每日柚子超人》。



▲日本國民天團柚子（YUZU）將於9月28、29日連續兩天於台北開唱。（avex taiwan JPOP提供）

這部作品發行之後大受好評，隔不到一個月便決定重新再版，而可愛又帥氣的「柚子超人」在日前也於日本人氣漫畫卡通《蠟筆小新》當中初次現身，在卡通播映後緊接著還有「柚子超人是英雄耀」的特別篇，連續兩週播出也在網絡上引起廣大討論。

柚子YUZU曾在2016、2017年訪台開唱，睽違兩年又將訪台開唱，目前正於日本進行他們首次的「柚子自彈自唱巨蛋巡迴2019柚彈柚唱～拍手喝祭～」演唱會，預計將他們在日本舞台上熱情與能量帶到台灣，傳遞給台灣的歌迷朋友們。◇

IZ*ONE 摘日本公信榜 2019上半年銷售新人王

■文／曾薇心

日本公信榜（ORICON）6月20日公布了「ORICON上半年排行榜2019」，由日本及韓國成員組成的人氣女團IZ*ONE，在「歌手別銷售部門」，以5.1億日元的成績摘得「上半年新人歌手總銷售排行榜」的冠軍。

2018年12月10日至2019年6月9日中首次以日文作品進榜的新人歌手，方在公信榜2019年「上半年新人」的統計之列，該榜也排除了團體中以個人身分出道的歌手及以特別企劃等形式出道的歌手。

而IZ*ONE在去年10月29日發行的韓國出道作《COLOR*IZ》，於發行首週在日本熱銷1.2萬張，空降11月12日（統計時間10月29日至11月4日）的公信榜「單週專輯排行榜」及「單週數位專輯榜」冠軍。

她們於今年2月6日推出的日本出道單曲《好きと言わせたい（想讓你說喜歡我）》，不僅於發行首日以熱銷19萬3,469張的成績空降日本公信榜單日單曲銷售榜冠軍，還以首週熱銷22.2萬張的佳績登上2月18日的單週單曲排行榜亞軍。

此外，IZ*ONE在今年4月1日推出的韓文迷你二輯《HEART*IZ》，也空降4月15日的公信榜單週專輯排行榜第4名。她們以上這三張作品，總銷售額5.1億日元的成績，登上2019年公信榜「上半年新人歌手總銷售排行榜」的冠軍之位。

在該榜單獲得好成績的韓國團體不只是IZ*ONE，韓國人氣男團ASTRO今年4月在日本發行的首張日文迷你專輯《Venus》，總銷售額也達到1.2億日元，讓他們拿下公信榜今年「上半年新人歌手銷售排行榜」的第3名。◇



▲韓國人氣女團IZ*ONE舉行迷你二輯《HEART*IZ》Showcase資料照。（大紀元資料室）

讀《貞觀政要》論慎終（4）

魏徵諫太宗 莫好奇珍異寶



貞觀十三年，魏徵的奏疏指出了太宗十處不能慎終的具體表現，我們僅僅選取開頭的一、三、五這三個部分，普通人看了其內容，都會感到十分吃驚，不要說是尊貴的帝王，即使一介平民，沒有一定的修養和容量，根本無法承受。但是太宗卻能做到冷靜地接受，還為此賜予獎賞，表示對魏徵的感謝，令人敬服不已。我們先看魏徵的諫言。

■ 文／劉如

不慎終之一

原文：陛下貞觀之初，無為無慾，清靜之化，遠被遐荒。考之於今，其風漸墜，聽言則遠超於上聖，論事則未逾於中主。何以言之？漢文、晉武俱非上哲，漢文辭千里之馬，晉武焚雉頭之裘。今則求駿馬於萬里，市珍奇於域外，取怪於道路，見輕於戎狄，此其漸不克終一也。

大意：陛下在貞觀初期，實行無為無慾的德政，對國民清淨祥和的教化甚至恩澤邊遠的蠻荒之地，他們也受到了此風的感化。但如今看來，這種風氣正在慢慢消失，聽言談似乎比上古聖王高明多了，但要論及您做出的事情，則連一般平庸的君主都不如。為什麼這樣說呢？漢文帝、晉武帝都不是具有上哲之智的聖明之君，但漢文帝拒絕別人進獻的千里馬，晉武帝因為國家法典禁止奇裝異服，焚燒了大臣獻上的雉頭裘。而今天，陛下到千里之外去尋找駿馬，到邊遠異域去搜求奇珍異寶，這些行為都被老百姓和戎狄等少數民族見怪和輕視。這是朝廷不能克制私慾，無法做到善終的表現之一。

解讀：這一段是告誡太宗已經在無意中開始放縱慾望，偏離原先的無為無慾的德政，對奇珍異寶開始追求，這已經被百姓發覺指責，也讓邊遠異族瞧不起了。這樣發展下去，帝王的行為就是失德，必然被國內的人責怪和四周的各族輕視，人格不正，就不能讓天下人敬服，不能繼續感化人心，那麼太平盛世如何保持下去，這當然就是不能克制慾望，不能堅守德政做到有始有終的表現。

魏徵指出的第一個具體表現，就是問題的核心，直接針對人品，批評太宗說起德政的道理來比上古聖王還要高明，但並沒有付諸實踐，意思是指出太宗「您如今只說漂亮話，卻不實際去做了，做得還不如一般的平庸帝王」。說話直白，毫不掩飾。直指問題實質。讓太宗趕緊返回到貞觀初年的言行。莫要對珍寶感興趣。

不慎終之三

原文：陛下貞觀之初，損己以利物，至於今日，縱欲以勞人，卑儉之跡歲改，驕侈之情日異。雖憂人之言不絕於口，而樂身之事實切於心。或時欲有所營，慮人致諫，乃云：「若不為此，不便我身。」人臣之情，何可複爭？此直意在杜諫者之口，豈曰擇善而行者乎？此其漸不克終三也。

大意：陛下在貞觀初期，損害自己的利益以滿足別人的需要。而如今，放縱自己的慾望以此役使百姓，謙遜節儉的風氣一年年在消失，而驕縱奢侈的惡習在與日俱增。雖然牽掛老百姓的話語還不絕於口，但實際上自身享樂之事更顯得迫切。有時候，陛下想營造宮室，又擔心有人進行勸阻，就說：「如果不修宮殿，我的生活就會不方便。」根據君臣之誼，臣子怎麼可能再進諫呢？陛下此言意在杜絕諫言，哪裡談得上是擇善而從呢？這是朝廷漸漸不能克制私慾，無法善終的表現之三。

解讀：這一段還在講太宗開始漸漸放縱自己，變得追求物慾享樂了，關注自己的享樂勝過擔憂百姓了，但重點落在為了滿足個人享受的慾望，開始迴避和杜絕大臣的諫言了，不再像當初那樣願意聽忠言勸告了（不能擇善言而從）。放縱私慾，又不聽勸告，視為不能慎終的表現。列於第3位。

不慎終之五

原文：《尚書》曰：「不作無益害有益，功乃成；不貴異物賤用物，人乃足。犬馬非其土性不畜，珍禽奇獸弗育於國。」陛下貞觀之初，動遵堯、舜，捐金抵璧，反樸還淳。頃年以來，好尚奇異，難得之貨，無遠不臻，珍玩之作，無時能止。上好奢靡而望下敦樸，未之有也。末作滋興，而求豐實，其不可得亦已明矣。此其漸不克終五也。

大意：《尚書》說：「不做徒勞無益的事來妨礙有益的事，大功才會告成；不要用奇珍異寶來迷惑人們的心靈，使他們輕賤日常之物，只有這樣老百姓才會知足。狗、馬這些家畜不是本土的就不飼養，而珍禽異獸並不出產在國內，因此不必追求它們，去做徒勞無益的事情。」陛下在貞觀初期，時時記得仿效古代聖王堯帝、舜帝，棄絕金銀珠寶，返璞歸真。可是近年來，獵奇之心日起，奇珍異寶之類中原罕見之物，源源不斷地從偏遠的異域運送過來。皇上身居上位者，自己嗜好奢侈品，卻希望底下的黎民百姓保持淳樸節儉的民風，這樣的事情歷史上從來就沒有出現過。朝廷不為民造福，卻奢望國富民強，很顯然這是辦不到的。這是朝廷不能克己善終的表現之五。

解讀：這一段，還在講太宗偏離原來的德行，走向了愛好奇珍異寶，看似內容重複，實則是對物慾享樂方面不能恪守德政的一個小小的總結。告誡太宗，這些行為已經漸漸遠離了古代堯舜聖君的為君之道，並以《尚書》經典為依據，想說服太宗奇珍異寶不能追求，因為帝王是萬民的表率，上樑不正，下樑必歪，所謂上行下效，尤為可怕，因此要謹慎對待。民風如何，全看主政者的言行。《尚書》講的是帝王如何做人與治國的道理，追求物慾，就會勞民傷財，徒勞無益，損害國體，怎能實現帝王偉大的功業呢？

總評

魏徵為何從不同角度來講同樣的表現呢？苦口婆心進行勸諫呢？就是看到了帝王治國最關鍵的根本，就在於帝王自身的修為，他高尚，臣民必然效仿，他失德、縱慾，國家民風也必然跟著下滑，人心敗壞，國家必亂，靠法律是不能長久維持太平的，官員都跟風，腐敗，百姓必然苦不堪言，動亂由此而生，何來安定與繁榮。非常危險。魏徵看到了後果，因此，反覆勸太宗要意識到自身不正的表現，趕緊改正，恢復原先的勤政愛民的淳樸節儉的德行，謙虛愛聽善言勸告的德行。唯有如此，才能實現太宗讓唐朝成為後世典範的宏圖大願，其帝王之志。魏徵言語雖然看似不留情面，實則是真心為太宗著想，這才是真正的忠臣。

謹防縱慾奢侈，列出這些表現，放在最前面，是緊扣前文提到的奏疏開頭的那段主旨——「臣觀自古帝王受圖定鼎，皆欲傳之萬代，貽厥孫謀。故其垂拱岩廊，布政天下。其語道也，必先淳樸而抑浮華；其論人也，必貴忠良而鄙邪佞；言制度也，則絕奢靡而崇儉約；談物產也，則重穀帛而賤珍奇。」

無論是講為人道理，用人擇官，還是法律制度，物產方面，都崇尚淳樸節儉、克制奢慾，不重奇珍，當然就會遠離姦佞小人。因此，整個奏疏的具體內容，無一例外，全都圍繞帝王如何重德展開，圍繞開頭的這段主旨來寫。我們僅僅截取這幾段話，就已經看到了魏徵的用心。其餘的關於用人、制度等方面的勸誡，就不多說了。接下來，就看太宗驚人的度量了。◇（待續）



浮生行吟

青春隨想



▲青春不僅是人生的一段時光，更是一種心境。(iStock)

■ 文／方靜

陰雨天，我一身淡藍上衣、寶藍長褲走進辦公室，不料，卻引起側目。J迎上前來說：「哇！清新亮麗，充滿青春氣息。」我羞赧、心虛地回應：「因為青春消逝、形容枯槁，只能稍微修飾一番。」

J附和我的說法，也發出年華似水、一去不返之嘆。而後，我指著剛剛來實習的17歲小妹妹說：「這才是青春本色！一派自然、素淨，不施脂粉、無須華服，就風姿綽約、光彩奪目！」大伙都頻頻點頭、認同稱是，話題就此打住。

待各自坐定，我的思緒還在「青春」上打轉……

望著對面的少女，不禁讚歎青春的可愛與美好。然而，自己何嘗未經過那些「少年十五二十時」的青澀歲月呢？「往者已矣，來者可追」！更何況青春不在年齡、容顏或身材，而是一種心境。形貌會因為韶華不再而日漸衰老，但心靈卻能夠與時俱進而歷久彌新。

塞繆爾．厄爾曼（Samuel Ullman）為青春下了註解——

「青春，並非年輕歲月，而是一種心境；青春，並非粉頰、朱唇、柔肢，而是堅韌的意志，恢宏的想像，炙熱的情感；青春是自生命深處湧現的清泉。

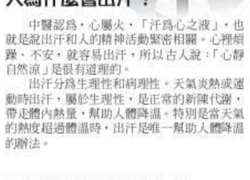
青春意味著勇敢戰勝怯懦、冒險代替苟安。歲月並不能使人老邁，使人老邁的是捨棄了理想與信念。

無情的歲月流逝，留下深深的皺紋，而熱忱的喪失，會讓靈魂深處布滿灰塵。焦慮、恐懼和自卑，會使心情沮喪、意志消沉。

60歲也好，16歲也罷，每個人心中都應保有不泯的童心，去探索新奇的事物、追求人生的樂趣。人人心中都有一座無線電台，只要不斷地接受來自人類和上帝的美好、希望、勇氣與力量，你就會永遠不老。

如果你收起天線，讓憤世嫉俗的霜雪與悲觀的冰層覆蓋心靈，那麼，即使年方20，你已垂垂老矣；然而只要你將天線豎起，去接收積極、樂觀的電波，那麼，你就有希望在80歲死去時，仍然是青春煥發。」

詩人的字字句句言辭剴切、發人深省。「青春不僅是人生的一段時光，更是一種心境」，所以，打理儀表之外，更重要的是整頓心境。因此，用美好的理想、堅定的信念和樂觀的態度去面對一切，我們就可以常保青春！◇



出汗臭未必是壞事

當心長期汗臭 中醫兩步去除

講述｜楊超波（中醫師） 整理｜黃婉華

炎炎夏日，身體特別容易出汗。為什麼有些人出汗沒味道，有些人出汗卻有臭味？要如何消除汗臭？



人為什麼會出汗？

中醫認為，心屬火，「汗為心之液」，也就是說出汗和人的精神活動緊密相關。心裡煩躁、不安，就容易出汗，所以古人說：「心靜自然涼」是很有道理的。

出汗分為生理性和病理性。天氣炎熱或運動時出汗，屬於生理性，是正常的新陳代謝，帶走體內熱量，幫助人體降溫。特別是當天氣的熱度超過體溫時，出汗是唯一幫助人體降溫的辦法。

兩種常見的病理性出汗

1. 自汗

自汗，就是老是自動地向外出汗。人體有營衛之氣，其中，衛氣屬於人的防禦系統。衛氣虛，人的抵抗力就下降，身體很容易出汗。這類人稍微一活動，甚至坐著不動、喝口涼水都會出汗，身體總是濕津津的。

中醫治療自汗，有一個很常用的方子，叫做「玉屏風散」，主要包含防風、黃芪、白朮三味中藥。玉屏風散能夠穩固人的衛氣，這個人自然就恢復了。



2. 盜汗

盜汗，就是「偷偷出汗」，是指人在睡著的時候出汗，一醒來，汗就停了。為什麼會這樣呢？盜汗屬於陰虛。正常人在沒有病的情況下，身體的陰陽是平衡的。陰陽平衡如果打破，就會造成病理問題。當一個人陰虛，陽就過盛。而人的睡眠屬於陰，入睡時，陽氣會像蒸饅頭一樣，把陰液蒸出來，人就會流汗。

盜汗可以用滋陰的方法來治療，使身體恢復陰陽平衡。

人出汗有臭味　不一定是壞事

人們有時候出汗有汗臭味，不一定是壞事。因為體內有不好的東西，通過汗液排出體外。當不好的東西排淨，汗就沒有臭味了。

汗臭最常見的原因，就是人的胃濁。當人的脾胃運化功能出現問題，導致消化不好，水分運化也不好，濁氣和濕邪就留在體內。於是身體會進行自我保護和清理，幫助人將胃裡的濁氣通過出汗排到體外，就表現為出汗臭。

有些人的汗臭是暫時的，但有些人長期出汗臭，就形成一種濕邪體質了，此時最好用藥物來調理。

腎濁的人，比如有些人先天腎虛，出汗也容易有臭味。

從生活習慣上來講，有汗臭味的人，多數是飲食不節、不潔，譬如：吃飯時間不規律、量不節制，吃太多生冷、油膩食物；有的人吃肉多，脾胃消化負擔重，也容易汗臭。壓力大的人、心煩、失眠，也容易影響脾胃，導致汗臭。◇



簡單兩步　去除汗臭味

汗有臭味，可以通過兩個步驟去除：

第 1 步 通過養生方法來調理

●少吃生冷、油膩食物。

●吃飯的時間要符合規律，三餐按時吃，晚飯後不要再進食。

●吃飯的量要正常，相對而言，早飯吃得豐富，午飯吃得飽，晚飯吃得少；同時，每餐不要吃得過多。

●保持心情平靜愉悅，及時給自己紓壓。

第 2 步 通過治療除汗臭

中醫有三種方式可去除汗臭味：

1. 吃清涼解表藥，如：薄荷。薄荷主要用來發汗，把身體的濁氣儘快排出體外，之後出汗就不臭了。但在發汗的過程中，可能出汗會更臭。

2. 為了不讓治療期間「汗特別臭」，可以用芳香化濕藥，如：藿香、佩蘭、白豆蔻。這類藥不僅能幫助人出汗、儘快排出體內濁物，同時還能用芳香的味道，來中和汗臭味。

有一個簡單的食療方法，就是用佩蘭代茶飲，或者喝綠茶時放一點佩蘭沖泡，就可以起到效果。

3. 還可以吃淡腎利濕藥，如：豬苓、茯苓、澤瀉。淡腎利濕藥能夠把人的濁氣通過尿液排出體外，不再從汗液排出，汗臭自然就沒有了。腎濁的人，更適合用這種方法。

服藥是「治本」，在服藥的同時，還可以通過佩戴佩蘭香袋，或者將薰衣草、薄荷放入水中沐浴，從表面改善汗臭味，一起進行會有更好的效果。◇


佩蘭



青松絮語

有色的判斷



▲ 我們太多的判斷是有色的，但很多事並不是非黑即白的。（123RF）

■ 文／青松

聊天時，聽朋友Jane提到一件趣事。

Jane正在讀博士，壓力很大，這個階段最大的心願就是早點畢業拿到學位了。但是，博士論文還沒有成型，畢業遙遙無期。每每看到有人提交畢業論文或通過答辯，Jane都非常羨慕。

前段時間，導師負責評審一篇外校博士論文，因為和Jane的研究課題特別接近，就把論文發給她看。Jane收到論文，心中說不出的膜拜之情，論文封皮的設計、目錄的排列、圖表的呈現，方方面面都顯得很不一般。

Jane一邊讀，一邊感慨自己為什麼沒想到用那些研究方法。通讀過一遍之後，她很激動地向導師彙報，說自己學到很多，很受啓發。導師看了她一眼，只冷冷說了一句，這篇論文我是打算「槍斃」掉的。

朋友一下傻了，沒想到讓自己那麼仰慕的論文，導師都沒打算讓通過。於是，她回頭細細解讀、分析，找出了一堆的毛病，寫了一篇長達千字的評論，發給導師看。導師回說，她這次才算是認真看了。

Jane把這段經歷當作笑話講，但我知道這是很現實的事，也許我們每個人都碰到過類似的情況，戴著有色眼鏡對問題做出判斷。就像Jane拿到那篇論文，因為心中的膜拜之情，看到的全是作者的了不起。後來，因為導師指出論文有問題，她才去認真分析，發現很多缺陷。

所以，心懷仰慕之情，我們就容易看到對方的閃光，而心中有質疑時，就很容易發現對方的不足。我們太多的判斷是有色的，但很多事並不是非黑即白的。有色的判斷中，有幾分是完全符合事實的呢？如果經常反思自己的判斷在多大程度上是有色的，是不是會有不一樣的發現？◇



整版圖片來源：Fotolia、Shutterstock







川普總統與第一夫人梅拉尼婭及美國副總統夫婦6月18日啓動競選連任活動。（Getty Images）

「讓美國繼續偉大」
川普正式宣布競選連任
稱再當選將通過移民體系保護美國 續抗恐怖主義、共產主義

■ 美國佛州記者站報導

6月18日晚上，佛羅里達州奧蘭多安麗中心人聲鼎沸，在民衆的歡呼聲中，川普正式宣布競選連任，同時宣布新競選口號為「讓美國繼續偉大」（Keep American Great）。

美東時間18日晚上8點10分左右，川普總統和身著一襲黃色禮服的第一夫人梅拉尼婭登上講台。川普演講歷時一個半小時左右。

四年前的這個時候川普宣布參選總統，他說競選活動已變成一場偉大的政治運動。「我們面臨的是一個腐敗、破敗的政治體系，爲了美國民衆，我們會逐漸地讓政府恢復健康。美國現在更加繁榮富強，正在向更高的高度騰飛。全世界都羨慕美國經濟。很可能當今是美國歷史上經濟最好的時刻」。

「只要你們讓我留在白宮，讓我的政府留在白宮，我們的未來會變得更好，美國夢回來了，而且更強勁、更偉大」，他說，「我在就職那天曾說過，這不僅僅是把權力從一個黨移交給另一個黨。其實是我們把權力移交給美國民衆。」

川普表示，這屆政府在過去兩三年以來比任何一屆政府所做的都要多，而且還要承受前所未有的壓力。「我經常說我們在抽乾沼澤，所以這個沼澤才這麼歇斯底里地與我對抗」。

他陳述了本屆政府在兩年半的時間內所取得的成就，並具體描述了下一屆任期的國內執政和國際外交政策方向。他說，未來將繼續「重建並擴大美國軍隊，建立太空防禦能力；反對恐怖主義，對支持恐怖主義的國家實施最嚴厲的制裁措施；對抗社會主義和共產主義」。

他並表示將「降低美國醫價；通過移民系統保護美國；簽署合理的貿易協定；建立透明、成本低的健康醫保體系；改善教育現狀；確保言論、信仰自由；確保民衆有持槍自由；保護憲法第二修正案」。

川普最後說：「我們將秉持一貫的座右銘：相信神，相信上帝。」

另據《華爾街日報》報導，當日活動是川普最大的競選活動之一，現場共有18,500個座位，支持者從17日晚上就開始排隊。儘管當地有大雨，沒有能夠入場的人仍不願離去。一些支持者表示，他們是川普的堅決擁護者，已參加過四五十場川普集會。也有乘飛機遠道趕來的支持者。◇

歐盟：中共設置的貿易投資障礙最多

■ 記者林燕編譯報導

歐盟發布的2018年《貿易與投資壁壘報告》指，中國是對歐盟企業出口和投資障礙最多的國家。

在6月17日發布的報告中，歐盟指出貿易夥伴對歐盟設置的貿易投資壁壘措施已增加至425項，其中，中國（中共）最多，有37項阻礙歐盟企業出口及投資的貿易壁壘措施，其次是俄羅斯有34項。

報告列舉中國（中共）在貿易投資方面存在的多個系統性問題，如大規模補貼、強制技術轉讓、傳統行業（如鋼鐵和鋁）的產能過剩、對高科技領域（中國製造2025）的日益關注以及不合理的網絡安全法。

報告指，中國（中共）繼續在高科技產業領域引入各種貿易限制措施，比如：中國（中共）繼續增加信息通訊技術領域的數十項實施措施，中共公安部於2018年6月發布了《網絡安全等級保護條例》（草案）。

僅信息通訊技術領域的障礙就將對歐盟出口產生重大影響。報告預計，信息通信技術和電子行業受影響的貿易流量估值爲249億歐元，同時這些措施實際上也可能對歐盟在中國的投資產生重大影響，影響將從信息通訊部門擴展到其它高科技產業。

爲應對中共挑戰，歐盟利用各種途徑，包括雙邊對話和多邊論壇等，但最近的發展顯示雙方需要進一步協作努力，以更好地解決在中國的市場准入問題。

歐盟指出，中共的某些貿易扭曲已威脅全球貿易體系的完整性。雖然歐盟將繼續充分利用廣泛的工具來解決現有國際規則手冊中的貿易扭曲做法，但「顯而易見的是，世貿組織規則必須現代化才能找到真正的、持久的補救辦法」。◇

川普月底訪問韓國 韓警戒令將調至最高

■ 大紀元訊

韓國警察廳6月21日表示，在美國總統川普月底訪問韓國期間，警方計劃對首爾地區發布最高級別的警戒令「甲級非常令」，進入全面警備狀態。

警方計劃將川普下榻的住所、出席活動的地點及移動路線指定爲警衛區，施行交通管制，限制集會活動。屆時，警察隊伍將會進入非常勤務狀態，加強首都圈的警戒。

警察廳有關人士表示，警方正在進行各項準備，以確保警衛安全萬無一失。◇

國際社會制裁俄羅斯 普京承認損失500億

■ 大紀元訊

歐盟峰會於6月20日宣布，歐盟會對俄羅斯的制裁將再持續一年。同一天普京在一個對話節目中承認，國際社會的制裁已經導致俄羅斯損失500億美元；民衆對於普京的支持率也在持續下跌，目前只有2/3的選民贊成普京的政策。

普京於6月20日在國家電視台的一個對話節目中透露，國際社會由於俄羅斯吞併烏克蘭的克里米亞對俄羅斯的制裁已經給該國造成高達500億美元的損失。

據BBC報導，普京於2018年3月第4次當選爲俄羅斯總統，他在大選日當天的支持率爲64%，令他成爲俄羅斯現代史上受歡迎度最高的候選人。但是在2018年6月，他的支持率就跌爲56%；隨後又降爲49%，成爲他於2000年當選爲俄羅斯總統以來的最低支持率。◇

歐盟高層警告英國 不會重談脫歐協議

■ 大紀元訊

歐盟高層領導人6月21日對英國下屆首相發出警告，表明不會重新談判英國脫歐協議。

英國首相熱門繼任人選約翰遜將在決選面臨外交大臣亨特的挑戰，無論是誰當選首相都得承擔引領英國脫離歐盟的棘手任務。

即將卸下首相職務的梅（Theresa May）與歐盟經兩年達成的脫歐協議，在英國國會三度遭議員否決，約翰遜和亨特都表示希望重新談判脫歐協議。

歐洲理事會主席圖斯克表示：「我們很期待與下屆英國首相合作。如果英國的立場有所演變，我們對討論英國和歐盟未來關係的聲明持開放態度，但不接受重新談判脫歐協議。」

圖斯克告訴記者：「脫歐程序或許會因爲倫敦當局的一些個人決定，而比之前局面更加動盪，但我們的立場一點都沒有改變。」

歐盟執委會主席榮克也表示沒有什麼要補充的，因爲領導階層「一致重申不會重新談判脫歐協議」。◇

港32前高官促撤回《送中條例》

香港前憲制事務司施祖祥：港府這次修例事件問題不在宣傳不夠 而在於「初心是錯的」

■記者張頓報導

港府雖然暫緩修訂《逃犯條例》，但仍未撤回，港人「反送中」運動持續進行。香港前憲制事務司施祖祥等32名前官高、議員認爲，港府修例的「初心是錯的。」再次聯署督促港府完全撤回修例，立即收回把「6·12」定性爲「暴動」的說法。

港府修訂《逃犯條例》（也稱，《送中條例》、送中惡法），已引發數次大規模抗議，反對港府可能將港人或居民送往中國大陸受審，尤其是本月9、16日的兩次大遊行，參加人數達到103萬和近200萬人，創下了香港主權回歸大陸後的最高遊行人數。

雖然香港特首林鄭月娥6月15日宣布暫緩修訂《逃犯條例》；18日親自向港媒「道歉」，並重申已停止相關立法工作，沒有爲這項工作設定時間表，不會貿然重啓立法程序；21日晚香港政府發言人再透過新聞稿表示，本屆立法會會期2020年7月結束，條例草案屆時將自動失效。但港府到目前爲止，仍然未明確表示將撤回修例、不再提出修例。

香港《明報》6月23日援引香港前憲制事務司施祖祥的話表示：「港府這次修例事件，問題不在解釋不足，宣傳不夠，而在於初心是錯的」，他說：「政府建議的修訂把大陸和香港之間的牆也拆了，令特區全無保障，因此解釋多好香港人也不會接受。暫緩不如撤回。」


▲民陣6月23日晚在立法會示威區舉行「追究警察濫權」集會。（蔡雯文／大紀元）

23日，30多位前政府官員及政界人士等向林鄭月娥發聯署信，要求撤回《逃犯（修訂）條例》草案。包括前政務司司長陳方安生、九七前負責《逃犯條例》工作的前保安局局長黎慶寧、前經濟司布簡瓊、前憲制事務司施祖祥、前通訊局主席何沛謙、前立法局主席黃宏發、自由黨創黨主席李鵬飛、前港區人大代表朱幼麟、社聯前行政總裁方敏生等32位前政府官員及政界人士等向林鄭月娥發聯署信。

一、立即公布撤回修例。聯署信說，政府「暫緩」修例而不是撤回，只是取消恢復二讀辯論的通知。「撤回」法案則是取消法案，政府若要重提，便須整個立法過程從頭做起，猶如提一條新的法案。

政府雖然稱到明年7月會期終結，法案便自動失效。但這段時間其實是延長了修例造成的不穩定；堅拒撤回，只會加重各界疑心，不能完全放下憂慮，回復正常。

二、成立獨立調查委員會，調查「6·12」事件。

聯署信說，今年6月連續兩個星期日有過百萬市民上街抗議政府修訂《逃犯條例》，這在香港歷史上前所未見。有無數的投訴指6月12日香港警方採用不必要，以及過分武力；但亦有人稱當日有示威者向警方擲磚塊，這一切必須公開、公正地查明眞相，以彰顯正義，療癒各方的傷口，消除彼此的不信任。

三、立即收回特首及警務處處長定性「6·12」爲「暴動」的說法。

聯署信說，「沒有暴動，只有暴政」是「6·16」大遊行中最響亮的吶喊之一。根據《公安條例》，觸犯暴動罪的行爲，是參與一場根據條例定義爲暴動的集會。如果沒有暴動，就沒有人犯暴動罪；反之，如果「6·12」的示威是一場暴動，那麼所有參與者都涉嫌犯暴動罪。

聯署信認爲，不少人上街遊行，包括港人「6·21」包圍警察總部，相信都與特首及警務處處長不合理的定性「6·12」爲「暴動」有關。

香港人用和平方法示威，國際社會及多國領袖高調讚揚香港人的公民質素，與特區政府指自己市民爲暴徒成強烈對比。特首及警務處處長應接受民意，立即收回這不合理的定性。◇

消息人士：港府擬與示威者對話 但有分歧

■大紀元訊

接近港府的兩名消息人士透露，鑑於《逃犯條例》修訂引發的巨大爭議至今難平，港府高層正考慮與示威者對話，但內部意見對此仍有分歧，主因之一是這場抗爭並沒有明確的領導組織或帶頭者。

據香港《明報》報導，多名港府行政會議成員及建制、泛民兩派人士認爲，解決這次危機的出路是要「對話」，但卻有難度。原因是這場屬於新世代的抗爭「無大台（領導組織）、無領袖」，「傾（談）完都不能代表其他人」。

根據報導，香港特首林鄭月娥6月22日曾與港府相關司長、局長舉行長達5小時的會議。消息人士表示，會中曾討論未來如何傾聽民意、與民衆聯繫，多名與會首長都有發表諸如港府應該與相關人士「多見面」的意見。

前香港運輸及房屋局長、政治學者張炳良認爲，這次由《逃犯條例》修訂所引發的危機，是香港主權轉移中國以來「最嚴重的管治危機」。動輒百萬人上街才能解決問題，是「政治制度失效」，未來重啓「政改」恐怕無法避免。

張炳良表示，鑑於這樣的疑慮，有必要成立「獨立調查委員會」全面檢視「6·12」衝突的成因，做爲和解的方向。

香港民陣召集人岑子杰指出，港府過去不聆聽「和平、有大台」的示威，不少公民運動領袖被港府「嚴刑峻法」對待，才會導致如今的抗爭走向「無大台、無領袖」的現況。

港府若撤回修例 建制派稱支持者可理解

雖然港府多次強調已暫緩修訂《逃犯條例》，但始終未應示威者要求撤回修例，抗爭依舊不斷。香港建制派政黨民建聯主席李慧瓊23日表示，若港府認爲撤回修例有助修復社會，支持者也會理解。

據綜合港媒報導，民主建港協進聯盟主席、立法會議員李慧瓊23日接受香港無線電視訪問時強調，政府上下都已表明已停止相關修例工作，且在本屆立法會會期內恢復二讀的機率「幾乎等於零」。

但李慧瓊也認爲，港府以「暫緩」來回應，未必是實際與對焦的，港府應該思考，是否要繼續堅持這個說法？

李慧瓊稱，若政府認爲撤回修例有助於修復社會，民建聯的支持者也會理解。◇


▲6月16日入夜後，遊行市民仍占滿銅鑼灣和灣仔的軒尼詩道，周邊大小道路也水洩不通。（李逸／大紀元）

台外交部推特發文：聯合國勿做中共附庸

■記者李怡欣台北報導

國際記者聯盟（IFJ）6月19日通過決議，要求聯合國（UN）終止針對台灣記者的歧視性排除政策。台外長吳釗燮透過外交部推特發文致謝，並喊話聯合國，不要再做中共政權的附庸。

因中共打壓，台灣連續三年無法出席世界衛生大會，甚至連台灣記者提出入場申請採訪都未獲聯合國回應。世衛與UN的做法，引起台灣邦交國與歐美主流國家反對，並有多個新聞自由國際組織對此表示關切。

吳釗燮推文表示，國際記者聯盟的決定很勇敢，這項決議對台人意義很大，「我也呼籲聯合國，停止對台灣的歧視，並停止作爲中國共產黨政權的附庸。」

今年5月世界衛生大會在瑞士召開，台灣媒體依規定向聯合國提出採訪申請，但未獲通過。據中央社報導，IFJ在突尼斯當地時間6月11日到14日召開世界代表大會，19日淩晨公布第30屆世界代表大會緊急決議，其中兩項是由台灣新聞記者協會提出。

這兩項緊急決議包含第11號聲援香港記者協會譴責香港警方使用不符比例的武力，以及第12號要求聯合國終止針對來自台灣的記者的歧視性排除政策。◇

擔任大陸科技特派員 16人被台農委會約談

■大紀元訊

中國大陸福建省漳浦縣「台籍科技特派員」蔡志陽6月18日晚間證實，他們16人已於14日收到農委會來函，要求他們30天內親赴農委會說明或提供書面意見。

據中央社報導，繼廈門設置台籍社區主任助理、平潭設置台籍村委會執行主任之後，漳浦台灣農民創業園2月選聘首批16名台籍科技特派員，3月經陸媒報導後成爲爭議焦點。

福建農業農村廳5月對外宣稱，目前正在開展組織100名台籍科技特派員的選聘作業。據了解，這16人並非首批台籍科技特派員，一名在2017年就被福建某市聘爲科技特派員的台籍農業人士表示，這是因爲蔡志陽被媒體報導，所以才被政府盯上。

這名台籍農業人士說，他不清楚有多少台人被聘爲科技特派員；截至目前，他並未收到農委會來函。

3月17日，陸委會表示，兩岸條例第33條第2項明定，台人不得擔任大陸黨務、軍事、行政或具政治性機關、團體之職務或爲其成員。有關民衆擔任陸方「台籍科技特派員」，將由主管機關（農委會）就職務性質及相關事證予加以審認，並要求當事人說明。

15日在廈門的海峽論壇上，蔡志陽代表台籍科技特派員上台簡報在大陸的創業經驗。他稱與其他特派員討論後再決定如何因應。◇

康熙帝不爲人知的雜學才識

文｜劉曉

大清聖祖康熙皇帝的學問在歷代帝王中都是出類拔萃的，其鮮為人知的「偏門雜學」才識則體現在他編撰的《几暇格物編》一書中。

比如：關於黃河河源考察與記載的《星宿海》；記錄太陽在空氣中的折射影像的《蒙氣》；記載聲、光、黃鐘之間關係的《雷聲不出百里》；考證七省地方方言差異的《方音》；闡述地球之說在中國的開始的《地球》；探尋指南針原理的《指南針》；記述南極最亮的星星的《老人星》；解釋人爲何離不開「土」的《人依土生》和人中名字的來歷和作用的《人中》；探究潮汐來源的《潮汐》；介紹朝鮮國紙是怎麼做的《朝鮮紙》和講述葡萄種類的《葡萄》等。

那些內容涉及河流、地理、聲學、天文、五行、植物、動物等多個方面。

在這裡不妨與大家一起分享幾篇短文，大概有些內容我們從來沒想過呢！



▲清．郎世寧繪《康熙狩獵圖》局部。（台北國立故宮博物院藏）

● 黃河發源地星宿海

金庸武俠小說《天龍八部》中提到星宿老怪丁春秋的老巢是一個叫星宿海的地方。這究竟是個什麼地方呢？

星宿海，藏語稱爲「錯岔」，意思是「花海子」。其位於黃河源頭地區，東與扎陵湖相鄰，西與黃河源流瑪曲相接。古代多個王朝都曾派人去到這個地方勘察。

在《星宿海》中，康熙說黃河發源於星宿海，後人以星宿之名，猜測黃河是從天上來的，這就大錯特錯了。他曾派侍衛去徹底考察黃河的發源地，他們到達了星宿海。根據他們的描述，星宿海地面上的飛泉沒有次序地到處噴湧，形成千百個水泡。從高處往下看，大小圓點（水泡）像天上的星宿那樣燦爛，所以取名「星宿」。

康熙記得當年自己親征厄魯特後，返回京城時，曾自船站登舟順黃河而下，沿途看到「波流起瀾，水色黃濁，日光摩盪，閃鑠如熔金」，船中上下人員無不目眩。

這是清朝對黃河源頭最早的紀錄。當時康熙派去的侍衛雖發現星宿海的水還有三條河作爲上源，但並未追到源頭，直至康熙末年組織全國性的地形測量，這才把星宿海以上的河源勘查和繪製出來。

乾隆四十七年時，派人到河源去祭祀河神，並到達了河源，繪製了地圖，寫了報告，提出黃河的發源地是一個叫做「噶達素齊老」的地方。這個說法尚存疑，但說黃河發源於星宿海以西約300里的巴顏喀喇山北麓，基本是符合實際的。

● 黃河九曲並非實數

在《黃河九曲》小文中，康熙提到古籍《始闢圖》開始認爲，黃河從崑崙山而來，共九次曲折，進入渤海，每曲一千里。《河圖》以黃河九曲，配上天權、勢、距樓等九星，認爲二曲在荒蠻之地、七曲在中原。

但康熙根據自己在黃河上的乘船經歷，認爲黃河水勢之洶湧與內地相同，其性遷徙不定，東岸穩定了則西岸淤沙積成陸地；西岸穩定了則東岸淤沙積成陸地。沙灘小洲隨水變更，互相交錯羅列。而且兩岸或者有高山大谷，迂迴盤折，以挾持束縛水流，黃河隨地形而迴旋曲折，究竟有多少「曲」是數不清的。因此，他認爲《水經注》上說的「黃河千里一大曲、百里一小曲」是比較貼切的。

● 東北原始森林物產豐富

在《窩集》中，康熙提到位於東北黑龍江、吉林的原始森林。這個叫「窩集」的原始森林東到海邊，連接烏喇黑龍江一帶，西到俄羅斯，或寬或窄。叢林密樹、鱗次櫛比，太陽光很少能照進去。像松柏及各種大樹都是相同種類的生長在一起，不與其它樹木雜生。林中落葉常常堆積幾尺厚；泉水、雨水到這地方都不能流動，到處泥濘，行走很困難。那裡有熊和野豬、貂鼠、黑白灰鼠等動物，都是以松子、橡栗等爲食，還出產人參以及各種藥物，其中有許多藥材還不能辨認。

可惜，康熙筆下的原始森林，或者已不再屬於中國，或者已被嚴重砍伐、破壞。

● 泰山山脈來自長白山

泰山位於山東，長白山位於東北吉林，二者似乎並無關聯，且古籍中也只說泰山聳起於東方，但沒有說明泰山究竟從何處發脈。康熙經過仔細考察地理形勢，深入研究地理脈絡，又派人航海測量，確定泰山的龍脈發源於長白山。

康熙認爲，綿亙在吉林南部的長白山，四周百泉奔注，是松花江、鴨綠江、圖們江三大江的源頭。它的南麓分爲兩個支脈，一個指向西南，東至鴨綠江，西至遼寧的通加，大體上高麗的諸山都是長白山的支脈；另一個自西而北，到今天吉林通化地區的原始森林「納祿窩集」。

自此再分爲兩支，北支到盛京（瀋陽），爲天柱山，西支進入遼寧省，爲開運山，蜿蜒而南，磅礴起伏，巒嶺重迭，到達金州旅順的鐵山，潛入海中，海中的島嶼，都是龍脊露出的地方。進入山東半島後，與山東登州的福山、丹崖山相連，西南行八百餘里，聚結爲泰山。

對於有人以隔海爲疑問，康熙引用漢代班固的說法：形與氣爲首和尾。現在風水家有過峽、有界水之說。像渤海，就是泰山之大過峽。長白山之龍放入海而成的泰山確實是有根據的。且以泰山的形狀、位置可證明：面向西北而背向東南。

● 鳥鼠同穴 證實《禹貢》記載

在《鳥鼠同穴》中，康熙認爲，天地很大，奇異的事情太多了。古書上所記載的必定都有證據，後代人因爲沒有親眼見到，所以懷疑而不相信。

例如《禹貢》記載：「導（疏導）渭自鳥鼠同穴。」西漢孔安國的《尚書傳》說：「鳥鼠共爲雌雄，同穴而處。」

南宋的蔡沈認爲這種說法怪誕不經，這主要是蔡沈沒有親自到過那種地方的緣故。張鵬翮曾奉命去俄羅斯，所經過的地方就有鳥、鼠同穴這種事情，康熙曾當面詢問過他，知道《禹貢》中所說的話不是騙人的。

● 古人眼中的極晝

《地絕處》記載說，在黑龍江以北的地方，日落以後也不怎麼黑暗，過一個或半個時辰太陽就出來了。大地爲球形由此可以知道。而在接近北極的地方，太陽與地平面周圍遮掩不多。這大概說的是極晝現象。

南宋的朱熹曾說，唐太宗把邊界擴展到骨利干，即今天蘇聯西伯利亞境內，並在那裡設置都督府。那個地方夜短晝長，就是夜間也不怎麼黑暗。這是因爲大地處於盡頭，日影照射的緣故。

此外，宋代司馬光的《資治通鑑》上記載，有人去國外，夜間剛煮熟一隻羊胛，天就亮了，這大概說的就是地平面的所在。

● 與海市蜃樓相仿的山氣

這些年來，中國臨海不少城市都出現過海市蜃樓現象，而在《山氣》一文中，康熙帝提到這種現象因爲早已記載在書上，所以大家都知道，但是很多人不知道山巒上的「氣」也是這樣的。

塞外與貝加爾湖一帶在春、秋的時候，如果早晨行走於空曠之處，向遠處遙望，就有像城廓樓台的、有像人物、旌旗的、有像樹木叢生、鳥獸飛舞的景象出現。遠看那些景象非常逼真；逼近去看則不見了。這都是山氣「融結」成的，可以與海市蜃樓並傳。

●「南無」的意思

中國信佛教的人口中常常唸「南無阿彌陀佛」，其中「阿彌陀佛」是佛的名號，那「南無」是什麼意思呢？很多人並不知曉。

康熙曾問過西域之人，得知那裡以合掌稽首爲「南無」，音讀爲「那摩」，所以在佛教經典中凡是諸佛號前都有「南無」二字，就像說「稽首某佛」那樣。

康熙由此還聯想到，宋、元時期給僧侶的柬帖，都在最後寫上「弟子某和南」。「和南」爲「頓首」，就像「南無」爲「稽首」一樣。

● 詩文以命意為上

在《詩文以命意爲上》一篇中，康熙認爲詩文最爲重要的是有「意」，然後才抒發爲文辭，而形成歌詠，才能自然地超出衆人之上，令人閱讀後回味無窮。古來名人寫書，都說得淺近，但意義深遠，千年之後讀來，猶如看見作者的思想活動，聽到他的言談笑語。這都是憑藉正心誠意取勝，而不是光用華麗文辭取勝的。

● 結語

從上述舉的幾個例子不難看出，康熙對於世界的萬事萬物都充滿了興趣，並在政務繁忙之餘，儘可能地對各種「偏門雜學」進行了探索和研究，而他探究的結果，不僅給後世留下了豐富的知識，而且還以眞知灼見爲後人認識世間的眞相打開了一扇窗。◇


▲陳喬恩。（安以軒工作室提供）

陳喬恩收匿名畫作

陳妍希3個月後承認忘署名

■ 記者鍾又淳綜合報導

台灣女星陳喬恩近日在社交平台發文稱，最近收到不少朋友送上畫作當禮物，其中一幅畫既沒署名，也沒留卡片。經過一番詢問，最後陳妍希終於承認，自己3個月前寄出時忘了署名。

陳喬恩生日已經過去了快3個月，她近日在微博上晒出多份生日禮物。因爲其中大部分都是她的個人畫像，對此她忍不住笑言：「最近收到很多畫，家裡都擺不下了，朋友來家裡玩，到處都是我的畫像，整個好像我是自戀狂一樣……」

從她晒出的多幅油畫來看，其中有兩幅分別是小貓被黃花包圍，還有一張則是滿滿向日葵的風景畫，非常漂亮。不過這兩幅畫都沒有署名。

爲了尋找作者，陳喬恩特地在微博上發文：「今天又收到了向日葵和貓貓畫，我也是驚呆了，沒有卡片沒有留名，這誰寄的啊？」

隨後，畫作的作者「出面」說：「是我本人。」謎底終於揭曉，原來，這些畫是陳喬恩的好友陳妍希所畫。

陳喬恩搞笑回覆：「雖然晚了3個月，但這就是我妍希的風格。第4張照片裡的那個貓貓是妍希畫的，好貼心喔，神神祕祕少根筋，名字都忘記留，也是我妍希了。」

兩人的逗趣互動，笑翻網友。網友也紛紛大讚：「好暖心的禮物！」「畫得超好看。」◇


▲林志玲結婚後首度公開露面。（Eamon M. McCormack/Getty Images for Longines）

林志玲婚後首度亮相 優雅甜笑「很開心」

■ 記者馬維芬綜合報導

「台灣名模」林志玲與日團「放浪兄弟」成員AKIRA公布婚訊後，首度公開露面，近日在倫敦出席代言活動。

林志玲出席代言品牌浪琴錶所贊助的英國王家賽馬會活動，她頭戴一頂設計精緻的圓帽，身著一襲復古米灰色無袖上衣，搭配黑棉紗長裙。紅唇淺笑的模樣，展現知性高雅的氣質。

她看起來氣色、心情都很好。根據台媒報導，剛成爲人妻的林志玲，用甜笑回應外界的關心與祝福，並說：「心情很好，很開心。」◇

募集招人



醫療翻譯兼職募集

募集對象：醫學部在籍的留學生。（大學院生優先）

工作內容：
①日本醫學資料的檢索、整理、收集以及翻譯。
②相關病症的治療方法的檢索、整理和翻譯等。
③待遇2000日元/1次（提供的翻譯資料）

工作地點：自由
聯繫人：申老師　歡迎諮詢
郵箱zhiqiong.shen@stluciahj.com
TEL 070-4291-5716

希望寮

❶新宿駅8分
新宿三丁目駅2分
❷日暮里駅11分
三河島駅5分
❸西日暮里駅5分
御徒町駅3分
❹上野駅6分
❺日暮里駅2分
❻赤羽駅1分



月租2.5〜3萬元
人居者免費探家　各種設備齊全　無需保證人・保険人
090-6521-9898(原)

上海料理店 急募 服務員

具備日語日常會話能力
交通費支給　昼食有
工作時間：10：00〜14：00
地點：市ヶ谷駅から6分
待遇從優努力者高給
工作認真 能吃苦耐勞者
080-3296-1908

物產店

新都物產 SHIMTO STORE 蕨店

中国食品
韓国食品
各種亞洲食材
100円小雜貨
應有盡有
http://www.rakuten.co.jp/shimto/
埼玉県川口市芝園町3-11 芝園団地商店街
048-423-9170
營業時間　10:00 - 23:00

釜山食品



年末年始、過春節時價優惠，數量有限。各地方（成田、羽田、名古屋、大阪、新潟等地）均有特價優惠。代辦簽證，預訂酒店。
電話：047-703-9986
SB:080-9420-5558　090-8059-0357
〒271-0077 千葉県松戸市根本451-1

中國物產 好運來

埼玉県
本庄市朝日町1-5-31
營業時間
10:00-20:00
QQ：1395264895
微信：wxid_5tjgmssheta12
080-3258-4895

麒麟 中國物產

日暮里駅
南口右拐
徒步1分



營業 10:00〜24:00
http://ekshop.free.makeshop.jp/
E-mail:qilin557788@yahoo.co.jp
Tel: 03-5615-5577
Fax:03-5615-5588

興艷物產

商品齊全
歡迎惠顧
TEL 090-4609-6615

中国物産 ASIAN FOODS 總合食品

永盛
（西葛西KS電気斜対面店）
江戸川区西葛西5-10-14-1F
Tel:03-6808-9224
営業時間：10:00〜22:00
携帯：090-4249-8196

秀榮
（東陽町南砂団地店）
江東区南砂2-3-1-116
Tel:03-6666-0149
営業時間：10:30〜21:00



微信掃一掃

陽光アジア物産 小岩店

價格低廉 服務最好 品種最多
擔當：陶
營業時間：
11:00〜24:00
TEL:03-3673-4777
攜帶:090-1169-6999
FAX :03-3673-4778
〒133-0056
東京都江戸川区南小岩7-27-10 1F
酒類・冷凍類・幹調類・醬菜類
本店商品均可提供無料配送服務

其它服務

天時合同会社 大城搬家

微信號：zhanglicheng1119
大小搬家
3000円〜



學生優惠
☆各種用車
中古家電、家具販賣
☆不用品處理
TEL SB 080-5686-9966

曉海搬家

24小時營業
廂式貨車
大中小搬家
空調拆裝
中古品回收販賣
Skype充值
080-4168-9738
微信號258783401

退年金

只限於預定回國者
一次歸成
誠信入賬



事務員募集中
☎ 03-3371-2658
080-3495-2168
東京都新宿区百人町1-20-3-303

大紀元廣告匯款帳號

三菱東京UFJ銀行
普通口座1054851
支店：三河島
名義：株式会社　大紀元



中国禁書

植物，也有情緒 + DVD



40年來的持續努力，讓他得到了許多有價值的研究成果，引起了各界的注意

這是一本生物通訊研究領域的突破性著作。藉著種種密的科學方法和大膽求證，我們獲知世界上所有物質都是有感知的。
博大書店 03-6914-3843

中国禁書

2017年，起來中國

最新版　熱賣中！2016年6月
繁体字版

中共來去匆匆，而中國人民將永存！沒有了共產黨的新中國，將成為人類文明的和諧力量！
中共趨向下，中國擺權律師高智晟如何堅守做為人的原則？這是什麼樣的囚禁？
博大書店 03-6914-3843

中国禁書

静水流深　繁体字版
Witnessing History

曾經是全球億萬法輪功學員中的一位，真實講述血淚歷程的真實故事

一名美麗出眾的北大才女，從純真少女到歷經磨練，全球第一部長篇自傳體紀實文學，記述作者曾靜修煉法輪功慘遭迫害，見證中國勞教所不亞於納粹集中營血腥殘暴的內幕。
博大書店 03-6914-3843

廣告熱線

03-6806-8902



大紀元時報

‖提供賃貸‖ 保證人・名義人

Tel Fax 0425-19-2701
080-4332-9797
日利通商株式会社
www.nitiritsusho.com
担当：松本真一
東京都昭島市玉川町 4-2-8　ニューシティーコープ 101 室

有限会社 生友商事

生友商事 Seiyufood.com

中国食品输入国际贸易　〒590-0106
中国物产　冷冻食品
秘制熟食　五谷杂粮
蛋类粉丝　休闲食品
全国邮寄
配貨時間 9:00-16:00
大阪府堺市南区豊田1775番地1
TEL：072-298-8116
携帯：080-4089-1488
FAX：072-298-8185
微信：shengyoushangshi
QQ：2903848985
网站：www.seiyufood.com
誠健信康

売店舗

位置：JR山手線**大塚駅** 徒步4分
店舖・事務所可　1階
専有面積：壁芯**12.12**㎡
販売價格：**650**万日元
TEL 080-6655-6688　090-8008-6677

中國物產蒲田東口店

經營各種食品、飲料、煙酒糖茶、調味料、冷凍品、料理店食材等，物美價廉、品種齊全。各種國際電話卡販賣。

全日本郵送　貨到付款

TEL/FAX: 03-6715-9356
SoftBank: 080-3495-5979
〒144-0052 東京都大田区蒲田 5-45-1YM ビル 6 階



在中國大陸如何看到自由世界

突破網絡封鎖
自由門軟件
簡單　安全　免費
隱藏您的IP地址 | 全程加密傳輸 | 安全瀏覽
如何獲得軟件？……　詳見以下幾種方法



自由門安卓版下載	動態網	破網軟件索取信箱	自由門電腦版下載
https://git.io/fgma	https://dongtaiwang.com/	freeget.one@gmail.com 使用海外郵箱發一封郵件（主題不可空白）到以上郵箱約十分鐘就可以收到下載點 https://dongtaiwang.com/	https://git.io/fgp



華 トラベル（華旅行社）

090-7227-1437 sb
080-4118-7338 sb







TEL: 03-6907-8258　FAX:03-6276-4736
Email:hanatoraberu@yahoo.co.jp
平日：9:30〜19:00　土：10:00〜15:00

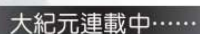
東京〜北京 ¥25,000〜	新潟〜哈尔濱 ¥35,000〜
東京〜上海 ¥25,000〜	大阪〜無錫 ¥33,000〜
東京〜瀋陽 ¥36,000〜	大阪〜深圳 ¥34,000〜
東京〜大連 ¥29,000〜	名古屋〜北京 ¥27,000〜
東京〜長春、哈尔濱、延吉 ¥35,000〜	名古屋〜瀋陽、大連、長春 ¥41,000〜
東京〜香港 ¥25,000〜	

①中国国内線5折起
②中国発、日本着往復・単程票
③日本・中国ホテル預約
④中国,香港,台湾ビザ申請代行
⑤未満28歳者特価

ソウル、済州、釜山 格安ツアー ¥25,000〜 好評販賣中
誠招工作人員 經驗者優先 可辦工作簽證
另有日本各地出発 格安機票 同日期、同航班最低價
世界各國簽證申請代行
〒170-0013東京都豊島区東池袋1-44-10タイガースビル708
銀行振込：三菱東京UFJ銀行池袋支店(普)8210459　口座名義：ハナトラベルサービス

中國歷史正述





大紀元連載中……

中華五千年神傳文明歷史盡在
中國歷史正述
http://www.epochtimes.com/b5/nf1138304.htm





高須美容整形醫院
日益受到海外觀光客愛美族的青睞

事前需預約！中國語OK！

任何一個女孩都想讓自己變得更漂亮，然而並不是人人都擁有天生麗質。近幾年，國內掀起了「整形熱」、「微整形熱」的熱潮。但因國內的技術和製劑的不過關，美容事故屢屢發生。引發更多的愛美族到海外尋求技術更好、品質更高的美容整形熱潮。這裡，給大家介紹一家日本首屈一指的美容整形名院——高須美容整形醫院。

高須美容整形院

該醫院由高須克彌創辦。是屈指可數的已沿襲4代的夫妻都是美容整形醫師的世家。38年美容整形業的先驅業績！不斷追求和完善頂尖的技術品質！該醫院的遠期抗衰老療法技術、微創美容療法、自體脂肪移植技術、鼻整形術、眼瞼整形術、乳房整形術、毛髮移植技術、生殖器美容術和吸脂術精湛獨到，將安心面提到極限的高程度。尤為擅長動刀極少甚至不動刀的減肥和面部除皺。

一直受到愛美族青睞的原因

在日本，只要您問起這一行業，高須美容整形醫院的名字就會立即被人告知，它是業界的先驅和領袖，代表著日本最高的美容技術和在世界整形美容業界的美譽。「yes 高須美容整形醫院」在日本已是家喻戶曉的廣告詞。

不斷引進積累最新高尖端技術，先親身體驗其技術性能效果和安全性後，才實施使用，採用優質的材料。

高須美容整形醫院積極出席世界各國召開的美容外科學會，不斷引進新技術和設備，先親身體驗其技術性能和效果後，才實施使用。並且，對於材料的品質，均以日本厚生勞動省認可的產品為中心，例如假體或注入用藥劑，及至細小的使用儀器，我們都會嚴格挑選。稱得上高品質的藥劑產品，以透明質酸為例，高品質的東西容易為皮膚所吸收，甚少產生紅腫或者疼痛，效果自然而長久。



讓高須為您
打造一個全新的自己！







為患者模擬手術後的不同形態，提出最佳方案，以達到患者要求的最滿意形象。

無論美容整形內容難易，都有各種不同類型和手術方法。患者喜歡什麼類型，如何才能做出患者最理想的形象，高須除了事先向您展示術例相片以外，還會根據患者的不同輪廓，同電腦根據臉型及體型，模擬術後的形態，仔細諮詢患者意見後才實施手術。以消除患者的煩惱和不安，為患者提供最滿意的服務。

無論多難的美容整形手術，高須美容整形醫院都「YES」！

大多數醫院拒絕或不做的手術，例如，修正手術，高齡人士的拉皮除皺，去除大面積紋身，外國人高鼻形狀的隆鼻，還有最近盛行的超寬幅平行型雙眼皮手術等複雜難做內容，高須美容整形醫院均會儘力滿足患者的要求。

全程均由固定主治醫師負責，提供萬全的術後服務。

高須美容整形醫院的基本制度，是從諮詢到執刀、術後護理，均由同一位主治醫生負責到底。因為即使是小手術，初體驗定會帶來不安。特別是吸脂、放入假體隆胸等大手術，不安就會更甚。高須美容整形醫院，不僅以充實的檢查診斷監察整個過程，還具備24小時商議體制應對緊急情況。如果有中意的醫師，也可指定主治醫師。無論手術前還是手術後，都會使患者安心。◇

（全部內容由高須美容整容院提供，本報一概不承擔介紹內容所引起的任何責任。）



帕維亞探尋之旅

■文｜圖｜章妮妮

意大利是一個神奇的國度，在這廣闊的亞平寧半島的土地上，有著古羅馬的輝煌，米蘭的燦爛，威尼斯的古雅……那些在歷史中留下的斷垣殘壁，講述著一個又一個充滿了夢想與悲情的故事！

在距離米蘭約 35 公里的地方，有這樣一個寧靜而悠閒的小鎮，這就是帕維亞省首府的帕維亞市（Pavia）。這個在今天顯得如此低調的小鎮卻是一座引人入勝的歷史名城，帕維亞有著可追溯到前羅馬時期的歷史。它是在 568 至 774 年間倫巴第王國的首都，極為活躍的政治和文化中心。1395 至 1797 年間米蘭公國的中心；意大利戰爭 (1494 — 1559 年) 的一場決定性的戰役——1525 年的帕維亞之戰中，西班牙大敗法國，成為西歐第一強權……

現在就讓我們放慢腳步，放鬆心情，去探尋這個古老的小鎮——帕維亞！

Italy Pavia

I

帕維亞市中心的歷史建築

從米蘭的馬爾彭薩機場（Malpensa International Airport) 到帕維亞，也就大約車程一個多小時，當然也可以乘坐火車先到達米蘭中央火車站，然後再從米蘭到帕維亞乘坐約 40 分鐘的火車。

帕維亞火車站位於市中心，距離帕維亞市內有名的建築及景點，例如帕維亞主教座堂 (Duomo di Pavia)、聖米歇爾教堂 (San Michele Maggiore)、維斯孔蒂城堡 (Visconti Castle)、帕維亞大學 (University of Pavia)、Ponte Vecchio廊橋，都不過步行 10~20 多分鐘的距離。

下面就讓我們來逐一看看這些歷史建築吧！

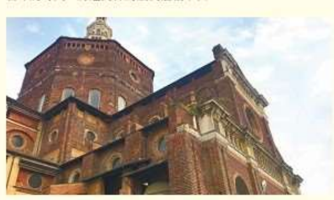
帕維亞主教座堂

Duomo di Pavia

這座教堂始建於 1488 年，建在原有兩座羅曼式教堂的遺址上，以其中內部的圓頂高度來排位，帕維亞主教座堂是意大利第三大的教堂，位於第一的是羅馬的聖彼得大教堂，第二的則是佛羅倫斯的百花大教堂。

和所有的教堂一樣，步入教堂的內部，便感受到神聖莊嚴的氣氛，緩緩傳來的是對於神的歌頌。

坐在教堂內的椅子上，仰望圓頂，經歷幾百年的時間，帕維亞主教座堂的細節裝飾至今尚未完成。也許還要經歷甚至上百年的時間，將這對神的讚美繼續下去。



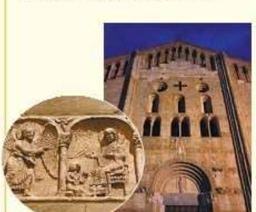


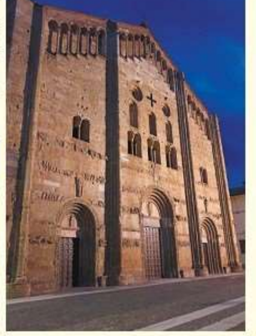
聖米歇爾教堂

San Michele Maggiore

它就這樣出乎意外的出現在了眼前，讓你震撼於它的神聖之美。這座教堂是意大利北部的典型的羅馬教堂之一。這裡蘊含著一段意大利的歷史，因為一些古代君主就是在這裡戴上了他們的王冠，成為國王。這是一個建於中世紀之前的教堂，由砂岩建成，而不是使用該地區的典型磚塊建造。

可惜到這裡的時候已經晚上了，沒有機會進入教堂的內部，眞是有點遺憾啊。





帕維亞大學

University of Pavia



早在公元 825 年，這裡就已經是一個高等教育的學府了。1361 年正式成立帕維亞大學。帕維亞大學是意大利僅次於博羅尼亞大學的第二古老的大學。說起帕維亞大學，不能不提物理學家亞歷山德羅．沃爾塔 (Alessandro Volta)(1745-1827)。我們平時說的電壓單位，就是用他的名字命名的。



維斯孔蒂城堡

Visconti Castle

說起這座城堡，就不得不說一說維斯孔蒂家族。維斯孔蒂家族是一個中世紀至文藝復興早期的意大利貴族，該家族於 1277 年成為米蘭領主，並於 1395 年被神聖羅馬帝國皇帝封為米蘭公爵，這個家族統治米蘭直到 1447 年菲力波．瑪麗亞．維斯孔蒂去世，由於沒有留下合法男性子嗣，公爵頭銜被他的女婿弗朗切斯科一世．斯福爾扎繼承。

我們參觀這座城堡的時候，這裡正在為第二天在提契諾河 (Ticino) 進行的一年一度的划船比賽而舉行盛大的宴會，這為古城堡增添了難得一見的節日氣氛。





廊橋

Ponte Coperto

這座廊橋是帕維亞市區內的標誌性建築之一，它最早建於 14 世紀，因此亦稱作老橋（Ponte Vecchio）。在廊橋的旁邊有一個舊的橋基，那就是老廊橋的原址。在古代，這座橋連接了提契諾河 (Ticino) 兩岸的帕維亞古城區和城外的要塞。橋上有 100 個柱子支撐著上面的橋廊。







II

文藝復興藝術的光輝典範

帕維亞加爾都西會修道院



提到帕維亞，其最著名的景點應該是，位於市北從帕維亞到米蘭的路上距離帕維亞8公里處的帕維亞加爾都西會修道院(Certosa di Pavia)了，它是輝煌的文藝復興藝術的光輝典範。這組龐大的宗教建築如今已經被聯合國教科文組織列入世界文化遺產名單。

雖然這個修道院已經不在帕維亞市內，但許多歐美遊客到帕維亞就是衝著這個修道院慕名而來的。

帕維亞加爾都西會修道院(Certosa di Pavia)可以說是意大利北部最美修道院之一。它始建於1396年，完工於1465年，至今仍作爲修道院使用。它融會了中世紀風格與文藝復興風格的華美建築，在意大利眾多宗教建築中堪稱佼佼者，也是現在意大利最大的修道院之一。修道院裡有Visconti和Sforza家族的陵墓，對於歷史迷來說是必來的景點。除了建築本身之外，帕維亞加爾都西會修道院收藏的繪畫等藝術作品也具有很高的價值。這次也得到特別許可，讓我們得以拍攝到修道院的內部。



▲ 修道院的入口。

修道院入口處頂上令人讚歎的藝術。



▲ 修道院教堂融匯了中世紀風格與文藝復興風格的華美建築。



▲ 雕刻表現的是建築師手裡拿著建造修道院的第一塊磚石。



修道院教堂與米蘭大教堂(Duomo)爲同一位建築師所設計，教堂的形式是拉丁十字形，長110米、寬46米，爲倫巴底區的哥德式建築風格。教堂的中殿分隔爲三道長廊。



▲ 修道院教堂內部。



在聖壇的左方，有米蘭公爵Ludovico Sforza(盧多維科・斯福爾扎)及年僅22歲的妻子Beatrice d'Este(貝亞特麗斯・德斯特)的紀念墓碑。

另一側，則有在1396年下令建造教堂的米蘭貴族Gian Galeazzo Visconti的紀念墓碑，旁邊的牆上，則有著貴族向聖母聖子獻上教堂模型的壁畫。



▲ 貴族向聖母聖子獻上教堂模型的壁畫。



聖壇內有木雕的座椅，每一個座位上，都有基督教聖人的畫像。



穿過小迴廊區，我們進入了內祭堂(Sacristy)，這裡面有圍繞兩側牆壁上的座椅，假日及週日，修士們會聚集在這裡用餐。牆上則藏有一扇小門，修士可以走到上方的宣講壇進行宣講。牆上有一幅據說由16世紀的意大利畫家Ottavio Semino所創作的《最後的晚餐》。而在內祭堂的頂上，還有一幅黃金爲底《聖母哺乳》的壁畫。



▲ 小迴廊區。



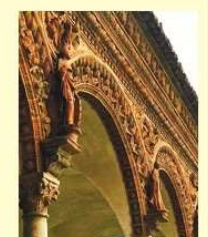
▲ 據說由16世紀的意大利畫家Ottavio Semino所創作的《最後的晚餐》。



▲ 內祭堂。



接著我們就走入了大迴廊區。這裡長約124米、寬約102米，圓拱由大理石材質的圓柱所支撐。在迴廊區看到的每一個屋頂、煙囪及其頂上的小旗，就是修道士獨立房間的位置。



▲ 在這迴廊區的每一根柱子上，都有一尊聖人在祈禱的雕像。



▲ 在迴廊區看到的每一個屋頂、煙囪及其頂上的小旗，就是修道士獨立房間的位置。



走出修道院，不得不說，心中充滿了對於神的敬仰之情。回望修道院，在陽光下那麼的莊嚴神聖。不管是外牆上雕刻，還是內部的裝飾，以及修道士日常的點點滴滴，所有的背後，都是一個個讓人回味深長的故事。我的心裡默默想著，有機會我還會重遊修道院。◇



TRAVEL特集 台灣小鎮漫遊年

來趟經典小鎮深度旅行（下）

台灣共有 368 個鄉鎮，每個小鎮都有不同的景緻與濃濃的人情味。趁著「2019 小鎮漫遊年」，我們從台灣觀光局遴選出的 40 個台灣經典・客庄・慢城小鎮中，為大家介紹風光明媚的東台灣小鎮，來趟深度旅行。

宜蘭縣

花蓮縣

台東縣

頭城打卡 幾米宜蘭廣場

「龜山朝日」位居蘭陽八景之首，只要看到龜山島，就知道宜蘭到了，這座位於頭城外海的火山島，島上峭壁、奇岩、溫泉、海蝕洞等火山地形，附近海域可賞鯨豚，被評為全世界最酷的 12 座天然成型島嶼之一。

漫遊在頭城老街，除了可遠眺龜山島，巨型復古的 3D 圖、詩牆、書法拓碑亭等，成了背包客、網友的熱門打卡點，令人想起當年小鎮詩人、書畫家們，用文學藝術表達鄉土的熱愛，及貫穿這百年小鎮的經典故事。

離開頭城前往宜蘭市，行經礁溪，可以先到湯圍溝溫泉公園泡腳小歇、林美石磐步道探訪自然秘境，再前往宜蘭火車站旁，最熱門的拍照打卡景點：宜蘭幾米廣場、丟丟噹森林、幸福轉運站，採訪鐵路局舊宿舍華麗變身的故事。

循著舊城區幾個著名景點，1909 年創立的宜蘭酒廠、濃濃日式建築風格的宜蘭文學館，以及 1906 年興建的宜蘭首長官邸，現為「宜蘭設治紀念館」，和洋式建築風格、淡淡的檜木香，讓人放慢腳步，品味宜蘭舊城 200 年歷史軌跡。


▲蘭陽博物館


▲幾米廣場

成功鏢旗魚 三仙台迎曙光


▲三仙台

沿著秀姑巒溪，經花 64 線公路，或再往南，走台 30 線公路，穿越海岸山脈後，映入眼簾的是一望無際的太平洋。黑潮經過台灣東部外海，在成功鎮一帶，帶來鬼頭刀、鮪魚、旗魚等豐富魚類，造就豐富的漁獲與漁業文化。

成功小鎮的生活與文化，與海洋緊密相連。特別是當東北季風吹起時，更是鏢旗魚的好時節，從日治時代起，成功鎮便傳承著鏢旗魚文化。也因為海中浮游生物特別多，鯨豚隨之出沒，也成為台灣賞鯨豚的最佳地點。

在成功鎮東北方，由突出的海岬與離岸小島構成的「三仙台」，每到跨年夜裡遊客如織，迎接新年第一道曙光的到來。而八道半月型跨海拱橋，在夕陽中特別美麗，彷彿訴說著八仙中呂洞賓、李鐵拐、何仙姑曾降臨於此的故事。加上海蝕溝、海蝕凹壁等地質景觀，「三仙台」成為孤獨星球評鑑亞洲十大旅遊景點之一。

除了珍貴的漁業資源、海洋文化，成功鎮還有豐富的原住民文化，每年豐年祭，原住民的歌聲在各個部落間迴盪，傳遞出樂天知命的生活態度。

▲阿美族豐年祭

▲成功新港漁港夜景

慢城鳳林鎮 三鐵遊瑞穗

太魯閣、七星潭是花蓮必遊景點，而 2014 年獲得國際慢城的鳳林鎮則是小鎮旅遊的好去處。從吉安鄉進入花東縱谷，抵達鳳林，心情就隨著遠離塵囂，逐漸地「慢」了起來，走進鳳林特有的氛圍。

慢慢地逛當地的文化、百年茄苳樹、原為「鳳林支廳長官舍」的校長夢工廠、日式菸樓，漫步在小鎮裡的長壽步道上，學習這個「長壽之鎮、校長故鄉」的「慢活之道」。再前往林田山林業文化園區，走訪日式檜木住宅，吸取森林步道裡的芬多精。

告別鳳林小鎮，行經光復糖廠，少不了要吃冰，消消暑。以秀姑巒溪激流泛舟及瑞穗牧場鮮乳聞名的「瑞穗」小鎮，還有紅葉溫泉、瑞穗溫泉的弱鹼性碳酸鹽泉，最早由原住民先民發現的野溪溫泉，到日治時代設有旅社，近來，大型國際觀光酒店陸續進駐，是休閒渡假的好去處。

有人說，在花東縱谷小鎮間漫遊，最適合的遊程是「三鐵」（鐵道、鐵馬、鐵腿），即搭火車、騎單車、健行漫步，更能深度飽覽縱谷的自然人文之美。


▲ 國際慢城 鳳林鎮


▲ 太魯閣

▲ 騎單車

▲ 林田山林業文化園區

▲ 校長夢工廠

▲ 紅葉溫泉